పారమార్థిక పారిజాతాలు

(ఆధ్యాత్మిక సులభ సాధనోపాయాలు)



పారమార్థిక పారిజాతాలు



రామకృష్ణ మఠం
దోమలగూడ, హైదరాబాదు - 500 029
Email: publication@rkmath.org

STRENGTH IS LIFE

ISBN 93-85243-10-3



www.rkmath.org

Paramarthika Parijatalu ₹40/-

పారమార్థిక పారిజాతాలు

(ఆధ్యాత్మిక సులభ సాధనోపాయాలు)



స్వామి బ్రహ్మానంద బోధనలు

పారమార్థిక పారిజాతాలు

(ఆధ్యాత్మిక సులభ సాధనోపాయాలు)

స్వామి బ్రహ్మానంద బోధనలు

ఆంగ్లమూలం:

స్వామి ప్రభవానంద



రామకృష్ణమఠం

దోమలగూడ, హైదరాబాదు - 500 029

ప్రస్తావన

జీవయాత్రలో మానవాళికి సద్గురువు అమృతవాణి, నావికునికి దిక్సూచి యంత్రం లాంటిది. వారి దివ్యోపదేశాలు సాధకులందరికీ తోడునీడలు. అవి భగవత్ప్రాప్తికి మార్గదర్శకాలు.

తపస్సు అంటే ఏమిటి? దేవుడున్నాడా? మనస్సును నియంత్రించడం ఎలా? దేహమే దేవాలయం, సత్సాంగత్యపు విలువలు, ఇత్యాది వివిధ జిజ్ఞాసపరమైన విషయాలకు మహనీయుల ఉపదేశాలే సరైన జవాబు కాగలవు.

భగవాన్ శ్రీరామకృష్ణులకు కాళీవరప్రసాదలబ్ధ మానసపుత్రుడైన స్వామి బ్రహ్మానంద ఆ మహనీయుల కోవకు చెందినవారు.

'అధ్యాత్మ విద్యా విద్యానామ్' అన్నట్లు సమస్త విద్యలకు శిరోభూషణమైనది బ్రహ్మవిద్య. ఆ విద్య స్వామి బ్రహ్మానందకి ఎంతగా కరతలామలకమై భాసిల్లినదో ఆయన ఉపదేశాలే అందుకు తార్కాణాలు.

ఆధ్యాత్మిక తత్త్వాన్ని అవగతం చేసుకోవడం అంత తేలికైన విషయం కాదు. అలాంటి తాత్త్విక విషయాలను ఎన్నింటినో, సాధనా రహస్యాలను ఎన్నిటినో స్వామి బ్రహ్మానంద తన బోధనల ద్వారా అరటిపండు ఒలిచి చేతికందించినంత తేలికగా విశదపరిచారు.

అనేక సందర్భాలలో తమ భక్తులకు, శిష్యులకు స్వామి బ్రహ్మానందులు చేసిన ఉపదేశాలు వంగభాషలో 'ధర్మప్రసంగ'మనే పుస్తక రూపంలో వెలువడింది. అది మూలరూపంలోను, అనువాద రూపంలోను ఖండఖండాంతరాల్లో వ్యాప్తిగాంచింది. స్వామి వారి దివ్యవచనాలు మహోన్నత భావాలనే పారిజాతాల సౌరభాన్ని ప్రపంచం నలువైపుల వెదజల్లి జనుల హృదయాలను గుబాళింప చేశాయి, చేస్తున్నాయి. స్వామి ప్రభవానందచే కూర్చి, శ్రీరామకృష్ణ మఠం, చెన్నై వారిచే ప్రచురించబడిన 'The Eternal Companion - Life and Teachings of Swami Brahmananda' ఈ పుస్తకానికి మూలం. ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానపిపాసులకు ఈ పుస్తకం ఒక వరమనే చెప్పాలి. ఆస్వాదించండి, మీకే తెలుస్తుంది.

– ప్రకాశకులు

విషయ సూచిక



❖ ఆధ్యాత్మిక తత్త్వాన్ని అవగతం చేసుకోవాలనుకొనే...

❖ ఆధ్యాత్మిక పిపాసులకు ఈ గ్రంథం ఒక అమృత భాండం...

❖ అమృత భాండంలోని ఆణిముత్యాలను ఆచరణలోకి పెట్టే...

❖ ఆధ్యాత్మిక సాధకుల జీవితం ఆనందమయం, అమృతమయం...



ఓం నమో భగవతే శ్రీరామకృష్ణాయ

స్వామి బ్రహ్మానంద సంక్షిప్త జీవిత చరిత్ర

దక్షిణేశ్వర కాళికాలయంలో దీర్ఘకాలం విశిష్ట సాధనలు అనుష్ఠించిన పిదప ఒకరోజు శ్రీరామకృష్ణులు జగజ్జననిని ఇలా ప్రార్థించారు: "అమ్మా! ఈ లౌకిక విషయ లంపటులైన వారితో పదేపదే మాట్లాడి విసిగి వేసారిపోయాను. తల్లీ! నాకు మార్గం ఏమిటి? నా అంతర్యాన్ని గ్రహించగల నువ్వు నాకు చేదోడుగా ఉండగల వారసుణ్ణి ఒకణ్ణి నాకు అనుగ్రహించరాదా."

అందుకు వెంటనే, "దిగులు చెందకు నాయనా! పరిశుద్ధాత్ములైన భక్తులు ఎందరో నిన్ను చేరనున్నారు" అనే దివ్యవాణి వినవచ్చింది. ఆ దివ్యవాణి పలికినట్లే త్యాగధనులైన యువకులు ఎందరో ఆయన వద్దకు రాసాగారు. వారు తదనంతరం శ్రీరామకృష్ణుల అంతరంగిక శిష్యులయ్యారు. వారందరిలోను ప్రత్యేక స్థానాన్ని పొందిన వ్యక్తి స్వామి బ్రహ్మానంద.

స్వామి బ్రహ్మానంద పూర్వాశ్రమ నామధేయం రాఖాల్ చంద్రఘోష్. ఆయన్ను రాఖాల్ అని పేర్కొనడం కద్దు. శ్రీరామకృష్ణులను 'ఠాకూర్' అని సంబోధించేవారు.

రాఖాల్ రాకను జగజ్జనని తమకు ముందుగానే సూచించిన వైనాన్ని శ్రీరామకృష్ణులు ఇలా తెలియచేశారు: "రాఖాల్ దక్షిణేశ్వరానికి రావడానికి మునుపు ఒకరోజు తాము ధ్యానంలో నిమగ్నులై ఉండగా, జగజ్జనని ఒక బాలుణ్ణి తెచ్చి తమ ఒడిలో కూర్చోబెట్టి, 'ఇదిగో నీ పుత్రుడు' అన్నది. ఆ మాటలకు శ్రీరామకృష్ణులు ఉలిక్కిపడి, 'ఆ నాకేమిటి, పుత్రుడేమిటి తల్లీ? నేను అస్ఖలిత బ్రహ్మచారిని. అటువంటి నాకు ఏమిటీ వైపరీత్యం!' అంటూ భయభ్రాంతులయ్యారు. అప్పుడు ఆయన మనోస్థితిని చూసి జగజ్జనని చిరునవ్వు చిందించి, 'ఈ బాలుడు నీ మానస పుత్రుడు. త్యాగమూర్తి, లౌకికుడు కాడు' అని అనునయించింది. ఆ తరువాత ఆయన రాఖాల్‌ను చూడడం జరిగింది. అతణ్ణి చూడగానే జగజ్జనని తన ఒడిలో కూర్చోబెట్టిన బాలుడు అతనే అని అవలీలగా పోల్చుకోగలిగారు."

మరొక దివ్యదృశ్యం కూడా ఆయన చూశారు. దాన్ని గురించి ఇలా వివరించారు: "గంగానదీ జలాల మీద

వికసించిన నూరు రేకుల కమలం గాంచాను. ప్రతి రేకు మెరిసిపోతూ ఉంది. ఆ కమలం వేదికగా కాళ్ళకి చిరుగజ్జెలు ధరించి చిన్నికృష్ణుడు మరియు తమకు జగజ్జనని ప్రసాదించిన బాలుడు నృత్యం చేస్తూ కనిపించారు." ఆ నృత్యాన్ని తిలకిస్తూ ఆయన మైమరచిపోయారు.

1863వ సం॥ జనవరి 21వ తేదీ మంగళవారం నాడు కలకత్తాకు సమీపంలోని శిక్రా అనే గ్రామంలో ఒక సంపన్న కుటుంబంలో రాఖాల్ జన్మించాడు. అతడి తండ్రి ఆనందమోహన్ ఘోష్, తల్లి కైలాస కామినీ దేవి. ఆమె కృష్ణ భక్తురాలు. పరమ సాధ్వీమణి. వారు జమీందారులు, కాయస్థ క్షత్రియ కులస్థులు. ఆ దంపతుల ఏకైక సంతానం రాఖాల్. రాఖాల్‌కు ఐదవ ఏట మాతృ వియోగం కలిగింది. ఆ తరువాత ఆనందమోహన్ పునర్వివాహం చేసుకొన్నాడు. సవతితల్లియైన హేమాంగినీదేవి రాఖాల్‌ను ఎంతో ప్రేమానురాగాలతో చూసుకొనేది.

రాఖాల్ స్ఫురద్రూపి. చిన్నతనం నుంచి ఆరోగ్యంగా, అందంగా ఉండేవాడు. రాఖాల్‌ను తాము స్థాపించిన బడిలోనే ఆనందమోహన్ విద్యాభ్యాసానికి చేర్పించాడు.

రాఖాల్ అటు చదువు సంధ్యల్లో ఆరితేరడంతో పాటు ఇటు వ్యక్తిగా నిర్భీతుడు. చురుగ్గా చలాకీగా ఉండడంతో ఉపాధ్యాయులకూ, తోటి బాలురకూ అతడంటె వల్లమాలిన ఇష్టం. ఒక్క చదువులోనే కాదు, ఆటపాటల్లోనూ, వ్యాయామ క్రీడల్లోనూ రాఖాల్ ప్రథముడై ఉండేవాడు. అతడి మనస్సు అతికోమలం. ఉపాధ్యాయులు పిల్లలను కొట్టి శిక్షిస్తే సహించేవాడు కాడు. తోటి బాలురందరితో ఎంతో కలుపుగోలుగా ఉండేవాడు. పిల్లలను ఏ విధంగానూ దండించక వారికి విద్యాబోధన చేసేటట్లు ఉపాధ్యాయుల మనస్తత్వంలో కూడ తన మంచితనంతో గొప్పమార్పు తీసుకువచ్చాడంటే అది అతిశయోక్తి కాబోదు. దీనితో ఉపాధ్యాయులు క్రమంగా బడితపూజకు స్వస్తి చెప్పేశారు.

ఆటల పోటీల్లో పాల్గొని తన క్రీడానైపుణ్యాన్ని రాఖాల్ ఎంతగా ప్రదర్శించేవాడో, చిన్నప్పటినుండి మొక్కల పెంపకం, తోట వేయడంలోనూ అంతే సరదాను కనబరిచేవాడు. ఈ విషయంలో అచ్చంగా తండ్రి పోలికే.

మామూలు పిల్లల మాదిరి చదువు సంధ్యలు, ఆటపాటలతోనే అతడు సరిపెట్టుకొనేవాడు కాదు. తన తోటి బాలురనందరినీ వెంటబెట్టుకొని ఊరి పొలిమేరలోని కాళికాలయం వద్ద ఉన్న మారేడు చెట్టుక్రిందకు చేరేవాడు.

స్వయంగా కాళీ ప్రతిమను తయారుచేసి, అక్కడ ప్రతిష్ఠించి, పూజాదికాలు చేసి పరవశుడయ్యేవాడు. శరన్నవరాత్రులలో దుర్గాపూజ జరుగుతున్నప్పుడు మండపంలో పూజారి వెనుక కూర్చుని పూజా విధానాన్ని తదేకంగా పరికిస్తూ తన్మయుడయ్యేవాడు. సంధ్యా సమయాన దేవికి హారతి ఇచ్చేటప్పుడూ అదే తీరు. అతడికి గానం అంటే ప్రాణం.

అప్పుడప్పుడు నేస్తాలందరితో కలిసి ఒక ఏకాంత ప్రదేశంలో కూర్చుని దేవీ సంకీర్తన చేసేవాడు. మైమరచి పాడేవాడు. కొత్తపాట ఏదన్నా వింటే చాలు, దాన్ని నేర్చుకొనే వరకు మరో ధ్యాస ఉండేది కాదు.

ప్రాథమిక పాఠశాల చదువు పూర్తికాగానే రాఖాల్‌కు ఆంగ్లవిద్యాభ్యాసం చేయించాలని తండ్రి ఎంచి, అతణ్ణి కలకత్తాలోని ట్రైనింగ్ అకాడమీలో చేర్చాడు. అప్పుడే రాఖాల్‌కు, నరేంద్రునితో (కాలాంతరంలో స్వామి వివేకానంద) మొట్టమొదట పరిచయం కలిగింది. అప్పటికే నరేంద్రుడు విద్యార్థి నాయకుడు. ఇద్దరూ సమవయస్కులే. ప్రథమ కలయికలోనే మిత్రులైపోయారు. క్రమంగా ఆ మైత్రి ప్రగాఢమై శాశ్వతమైపోయింది.

రాఖాల్ అటు చదువు సంధ్యల్లో ఆరితేరడంతో పాటు ఇటు వ్యక్తిగా నిర్భీతుడు. చురుగ్గా చలాకీగా ఉండడంతో ఉపాధ్యాయులకూ, తోటి బాలురకూ అతడంటె వల్లమాలిన ఇష్టం. ఒక్క చదువులోనే కాదు, ఆటపాటల్లోనూ, వ్యాయామ క్రీడల్లోనూ రాఖాల్ ప్రథముడై ఉండేవాడు. అతడి మనస్సు అతికోమలం. ఉపాధ్యాయులు పిల్లలను కొట్టి శిక్షిస్తే సహించేవాడు కాదు. తోటి బాలురందరితో ఎంతో కలుపుగోలుగా ఉండేవాడు. పిల్లలను ఏ విధంగానూ దండించక వారికి విద్యాబోధన చేసేటట్లు ఉపాధ్యాయుల మనస్తత్వంలో కూడ తన మంచితనంతో గొప్పమార్పు తీసుకువచ్చాడంటే అది అతిశయోక్తి కాబోదు. దీనితో ఉపాధ్యాయులు క్రమంగా బడితపూజకు స్వస్తి చెప్పేశారు.

ఆటల పోటీల్లో పాల్గొని తన క్రీడానైపుణ్యాన్ని రాఖాల్ ఎంతగా ప్రదర్శించేవాడో, చిన్నప్పటినుండి మొక్కల పెంపకం, తోట వేయడంలోనూ అంతే సరదాను కనబరిచేవాడు. ఈ విషయంలో అచ్చంగా తండ్రి పోలికే.

మామూలు పిల్లల మాదిరి చదువు సంధ్యలు, ఆటపాటలతోనే అతడు సరిపెట్టుకొనేవాడు కాదు. తన తోటి బాలురనందరినీ వెంటబెట్టుకొని ఊరి పొలిమేరలోని కాళికాలయం వద్ద ఉన్న మారేడు చెట్టుక్రిందకు చేరేవాడు.

స్వయంగా కాళీ ప్రతిమను తయారుచేసి, అక్కడ ప్రతిష్ఠించి, పూజాదికాలు చేసి పరవశుడయ్యేవాడు. శరన్నవరాత్రులలో దుర్గాపూజ జరుగుతున్నప్పుడు మండపంలో పూజారి వెనుక కూర్చుని పూజా విధానాన్ని తదేకంగా పరికిస్తూ తన్మయుడయ్యేవాడు. సంధ్యా సమయాన దేవికి హారతి ఇచ్చేటప్పుడూ అదే తీరు. అతడికి గానం అంటే ప్రాణం.

అప్పుడప్పుడు నేస్తాలందరితో కలిసి ఒక ఏకాంత ప్రదేశంలో కూర్చుని దేవీ సంకీర్తన చేసేవాడు. మైమరచి పాడేవాడు. కొత్తపాట ఏదన్నా వింటే చాలు, దాన్ని నేర్చుకొనే వరకు మరో ధ్యాస ఉండేది కాదు.

ప్రాథమిక పాఠశాల చదువు పూర్తికాగానే రాఖాల్‌కు ఆంగ్లవిద్యాభ్యాసం చేయించాలని తండ్రి ఎంచి, అతణ్ణి కలకత్తాలోని ట్రైనింగ్ అకాడమీలో చేర్చాడు. అప్పుడే రాఖాల్‌కు, నరేంద్రునితో (కాలాంతరంలో స్వామి వివేకానంద) మొట్టమొదట పరిచయం కలిగింది. అప్పటికే నరేంద్రుడు విద్యార్థి నాయకుడు. ఇద్దరూ సమవయస్కులే. ప్రథమ కలయికలోనే మిత్రులైపోయారు. క్రమంగా ఆ మైత్రి ప్రగాఢమై శాశ్వతమైపోయింది.

వారిద్దరూ ఒకే వ్యాయామ క్రీడా మైదానంలో కుస్తీలు, మల్లయుద్ధాలు, సాముగరిడీలు నేర్వసాగారు. నరేంద్రుని స్నేహంతో రాఖాల్ మెల్లమెల్లగా బ్రహ్మసమాజానికి కూడ రాకపోకలు చేయసాగాడు. ఆధ్యాత్మిక చింతన, భగవద్ధ్యానం, వేదాంత చర్చలు. 'దేవుడే మన తండ్రి. ఆయన్ను తెలుసుకోవడం ఎలా?' ఇవే ఆలోచనలు. ఎక్కువసేపు ధ్యానంలో మగ్నుడయ్యేవాడు.

అందుకే కాబోలు శ్రీరామకృష్ణులు ఇలా అంటూ ఉండేవారు: "ఈ రాఖాల్‌కు పుట్టుకనుంచీ దైవచింతనే. అంత మనోనిగ్రహం కలగాలంటె, అంత దైవధ్యానం చేయాలంటె ఎంతో సాధన, వెనుక ఎన్ని జన్మల సాధనో ఉండి ఉండాలి సుమా!"

ఈ వివిధ కార్యకలాపాలలో, దైవధ్యాసలో మునిగిపోయి ఉన్నందున రాఖాల్‌కు చదువుపట్ల దృష్టి సన్నగిల్లసాగింది. ఇది తండ్రి దిగులుకు కారణమైంది. రాఖాల్‌ను తన దారికి తీసుకురావడానికి ఎన్నో విధాల చెప్పి చూశాడు, మందలించాడు కూడ. కాని ప్రయోజనం లేకపోయింది. చివరకు బంధుమిత్రుల, శ్రేయోభిలాషుల సలహాలు సంప్రదింపులతో రాఖాల్‌కు వివాహం చేయాలని తండ్రి నిర్ణయించుకొన్నాడు. అందుకు తగ్గట్లు అనుకూలమైన సంబంధం కుదరింది. వధువు పేరు

విశ్వేశ్వరి. రాఖాల్‌కు విశ్వేశ్వరితో వివాహం జరిగిపోయింది. ఆ వివాహం రాఖాల్ శ్రీరామకృష్ణుల సన్నిధికి చేరడానికి తొలిమెట్టయింది.

రాఖాల్ బావమరది మనోమోహన్ మిత్ర. అత్తగారు శ్యామసుందరీ దేవి. ఈ కుటుంబం మొదటి నుంచీ శ్రీరామకృష్ణుల భక్తకోటిలోనిది. అందుచేత 1881వ సం॥ మధ్యకాలంలో అత్తవారింటికి వచ్చిన రాఖాల్‌ను బావమరది మనోమోహన్ మిత్ర, శ్రీరామకృష్ణుల దర్శనం చేయించాలని దక్షిణేశ్వరానికి తోడ్కొని వెళ్ళాడు. అప్పటికి శ్రీరామకృష్ణులు ఎదురు చూస్తూవున్న శుభతరుణం అరుదెంచినది.

తమకు కలిగిన దివ్యదర్శనం వలన శ్రీరామకృష్ణులు రాఖాల్‌ను అపేక్షగా పలుకరించారు. "పేరేమిటి?" అని అడిగారు. "రాఖాల్" అనగానే, "ఆ, ఔను గోపబాలుడే" అంటూ ఆనందంతో ఆయన పులకించిపోయారు. పిదప కుశల ప్రశ్నలు వేశారు. అప్పుడప్పుడు వస్తూ ఉండమని వాత్సల్యపూరితంగా మరీమరీ చెప్పారు.

ఆ క్షణం నుంచీ రాఖాల్ చెవిలో 'వస్తూ ఉండు' అన్నమాట మారుమ్రోగసాగింది. 'ఆ పలకరింపులో ఎంతటి ఆప్యాయత!' అని మనస్సులో పదేపదే

అనుకొన్నాడు. ఇక ఆనాటి నుంచీ పాఠశాలకు సెలవులు ఇస్తే చాలు, తిన్నగా దక్షిణేశ్వరం వచ్చి వాలేవాడు. అక్కడ శ్రీరామకృష్ణులు అంతకంటె ఆరాటంతో తన మానస పుత్రుని రాకకోసం ఎదురుతెన్నులు చూస్తూ ఉండేవారు. "ఇక్కడికి రావడంలో ఇంత ఆలస్యం చేయాలా నాయనా?" అంటూ సుతిమెత్తగా మందలించేవారు. అందుకు రాఖాల్ ఏం జవాబు చెబుతాడు? మౌనం పాటించేవాడు.

రెప్పవాల్చకుండా ఒకరిని ఒకరు గంటల పర్యంతం అలా చూస్తూ ఉండిపోయేవారు. అదో అపురూప దివ్యానుభూతి. ఆ భావనాప్రపంచంలో లీనమైపోయేవారు. తల్లి లేని రాఖాల్, శ్రీరామకృష్ణులలో తల్లిని గాంచాడేమో! అతడికి మాతృప్రేమ లభించిందేమో మరి!

ఆ కారణంగానేమో అప్పటికి పెద్దవాడే అయినా రాఖాల్ శ్రీరామకృష్ణుల వద్ద చంటిపిల్లవాడిలా ప్రవర్తించేవాడు. మారాం చేసేవాడు, మంకుపట్టు పట్టేవాడు. ఆయన వద్ద ఎంతో చనువుగా, వాత్సల్యంతో మెలిగేవాడు. అతడు తరచు దక్షిణేశ్వరానికి వస్తూ ఉండేవాడు.

అప్పట్లో జరిగిన ఒక వింత సంఘటన గురించి శ్రీరామకృష్ణులు ఇలా ముచ్చటించేవారు:

అప్పటికి రాఖాల్ యువకుడేగాని అతడి ప్రవర్తన మాత్రం ఒక్కొక్కప్పుడు మూడు నాలుగేళ్ళ బాలునిదిగా ఉండేది. నన్ను కన్నతల్లిగా భావించేవాడేమో? ఉన్నట్టుండి పరుగెత్తుకు వచ్చి నా ఒళ్ళో చతికిలబడేవాడు. సంతోషం పట్టలేక ఉక్కిరిబిక్కిరి అయ్యేవాడు. తన ఇంటికి తిరిగి పోవాలన్న మాట అటుంచి, నా ఒళ్ళోనుంచి ఒక్క అడుగు ముందుకు వెళ్ళేందుకు కూడ సుతరాం ఇష్టపడేవాడు కాదు. నేను కూడ పుత్రవాత్సల్యంలో మగ్నుడనైపోయి అతడికి వెన్న, పాయసాన్నాలు స్వయంగా నా చేత్తో తినిపించేవాణ్ణి. అప్పుడు అతడు నా చిన్నికృష్ణయ్య, నేను యశోదను.

చదువుపట్ల, ఇంటిమీద ధ్యాసే అతడికి ఉండేది కాదు. దక్షిణేశ్వరం నుండి ఇంటికి వెళ్ళాలనే బుద్ధి పుట్టేది కాదు.

రాఖాల్ విషయంలో అతడి తండ్రి ఆనంద మోహన్‌ఘోష్ అనుకొన్నది ఒకటి, జరిగింది మరొకటి. ఏకైక పుత్రుడు చదువు సంధ్యలు నేర్చి, ఇంటిపట్టున ఉంటూ, ఇల్లూవాకిలి ఆస్తిపాస్తులు చూసుకొంటూ ప్రయోజకుడై వంశాన్ని ఉద్ధరిస్తాడనుకొన్నాడు తండ్రి. కాని రాఖాల్ పారమార్థిక చింతనలో తప్ప ఈ లోకంలోకి దిగిరాడాయె! అలాగే వదలిపెట్టేస్తే ఏకంగా సన్న్యాసం

పుచ్చుకొంటాడేమోనని ఆనందమోహన్ మనస్సు పరిపరి విధాల పరితపించింది. ఎంతగానో అతడు కలవరపడ్డాడు.

రాఖాల్ దక్షిణేశ్వరం నుండి తిరిగి రాగానే తండ్రి ఇక దక్షిణేశ్వరం వెళ్ళడానికి వీలులేదని గట్టి కట్టడి చేశాడు, ఆదేశించాడు. కాని రాఖాల్, శ్రీరామకృష్ణులను చూడకుండా ఉండలేడాయె! ఆయన్ను చూడాలని అతడి మనస్సు తహతహలాడిపోయేది.

అక్కడ దక్షిణేశ్వరంలో శ్రీరామకృష్ణులు తన ముద్దుబిడ్డడు కనబడకపోయేసరికి కంట తడిబెట్టుకొన్నారు. జగజ్జనని వద్ద, “అమ్మా! రాఖాల్‌ను చూడాలని నా మనస్సు ఆరాటం చెందుతున్నది. రాఖాల్‌ను ఇక్కడకు రప్పించవా తల్లీ!” అంటూ వాపోయారు.

ఆనందమోహన్ ఏదో పనిలో తలమునకలై ఉండడం చూసి రాఖాల్ చెప్పాపెట్టకుండా, గుట్టుచప్పుడు కాకుండా యథాప్రకారం దక్షిణేశ్వరానికి వచ్చేశాడు, అక్కడే ఉండిపోయాడు.

అప్పటి నుండి తండ్రి, కుమారుని మనస్తత్త్వం మెల్లగా అర్థం చేసుకోసాగాడు. కాని అలాగే వదలిపెట్టలేక, తీరిక చేసుకొని కొన్ని రోజుల తరువాత దక్షిణేశ్వరం వెళ్ళాడు. రాఖాల్ తిరిగి ఇంటికి రాడని మనస్సు తెలుపుతూ

ఉన్నప్పటికీ, తోడ్కొని రావాలనే ఉద్దేశంతో మనస్సు దిటవుపరచుకొనే ఆనందమోహన్ అక్కడకు వెళ్ళాడు.

దూరం నుంచి ఆనందమోహన్ ఘోష్‌ను చూస్తూ రాఖాల్ భయంతో వణకిపోతున్నాడు. శ్రీరామకృష్ణులు, రాఖాల్‌తో, “చూడు రాఖాల్! మీ తండ్రిగారు వస్తున్నారు. ఎందుకు భయంతో వణకిపోతున్నావు?” అన్నారు. “తల్లితండ్రులు ప్రత్యక్షదైవాలు నాయనా! ఎదురు వెళ్ళి ఆయనకు నమస్కరించు. ఆ జగజ్జనని అనుగ్రహం ఉంటే అడ్డంకి ఏముంటుంది?”

రాఖాల్ ప్రవర్తనకూ, ఆదరసత్కారాలకూ ఆనందమోహన్ ఎంతో ముగ్ధుడయ్యాడు. రాఖాల్ ముఖంలో ఎంతో ఆనందం, సంతృప్తి వెల్లివిరిశాయి. రాఖాల్‌కు పరిపూర్ణ మాతృప్రేమ ఇక్కడ లభించింది అనుకొన్నాడు ఆనందమోహన్. తల్లిలేని తన బిడ్డ మనోవేదన తలుచుకొని అతడి హృదయం ద్రవించిపోయింది.

అంతటి అనురాగధామం నుండి తన బిడ్డను బలవంతంగా తోడ్కొనిపోవడం భావ్యం కాదని, అది అనుచితమని ఆనందమోహన్ ఘోష్‌కు తోచింది. అందుకని రాఖాల్‌ను అతడి అభీష్టాన్ని అనుసరించి దక్షిణేశ్వరంలో విడిచిపెట్టి తాను వచ్చిన దోవనే తిరిగి వెళ్ళిపోయాడు.

వెళ్ళేటప్పుడు శ్రీరామకృష్ణులతో, "మహాశయా! అప్పుడప్పుడు ఇంటికి వచ్చి కనబడుతూ ఉండవలసిందిగా దయచేసి రాఖాల్‌కు చెప్పండి. అదే పదివేలు" అని మాత్రం చెప్పి వెళ్ళాడు.

తండ్రిగారి ఆ చిన్ని కోర్కెను తీర్చే నిమిత్తం రాఖాల్ ఎప్పుడైన చుట్టపుచూపుగా ఇంటికి వెళ్ళి, తిరిగి దక్షిణేశ్వరానికి వచ్చేసేవాడు. దక్షిణేశ్వరమే అతడి నివాసస్థానం అయింది.

అలా కొంతకాలం గడిచింది....

సంధిగ్దావస్థలో రాఖాల్ అత్తగారు శ్యామసుందరీదేవి కుమార్తె విశ్వేశ్వరిని తోడ్కొని ఒకరోజు దక్షిణేశ్వరానికి వచ్చింది.

విశ్వేశ్వరి ముఖలక్షణాలు గమనించగానే శ్రీరామకృష్ణులు ఆమెది సామాన్యమైన పుట్టుక కాదని గ్రహించారు. భర్త పారమార్థిక మార్గానికి అడ్డురాని త్యాగరూపిణి అనీ, ఆమె దైవీబాలయే అనీ ఆయన అవగతం చేసుకొన్నారు. ఆనందంతో "మన కోడలు వస్తున్నది, కానుక ఇచ్చి దీవించమని" శారదామాత గదికి, ఆయన కబురు పంపారు. అది చిత్రమైన బాంధవ్యం కదా!

రాఖాల్ అహర్నిశలూ భగవద్ధ్యానంలో మగ్నుడై ఉండడం చూసి శ్రీరామకృష్ణులు ఆనందపరవశులై తమ శిష్యరత్నానికి ఎన్నో యోగ రహస్యాలు తెలిపారు. మంత్రోపదేశం చేశారు. రాఖాల్‌కు ఒక్కొక్కప్పుడు ధ్యాన సమయంలో స్థిరచిత్తం లేకపోవడాన్ని గమనించి నాలుక జాపమని తమ వ్రేలితో నాలుకమీద ఏదో వ్రాసి ఆ అవరోధాన్ని అరికట్టేశారు. అయినప్పటికీ అతడికి లౌకిక వాంఛలేశమాత్రం ఉన్నట్లు ఆయన గ్రహించారు. ఇంటికి వెళ్ళి వస్తూ ఉండమని ప్రోత్సహించారు. కాని అచిరకాలంలోనే రాఖాల్ పూర్తిగా విరక్తుడైనాడు. తమ యోగశక్తిచే ఇతరుల మనోభావాలను అవలీలగా అవగతం చేసుకోగల శక్తిమంతుడయ్యాడు.

ఒక రోజు రాఖాల్‌కు బాగా ఆకలి వేసింది. తినడానికి ఏమీ లేదు. "ఏదైనా తినడానికి ఉంటే బాగుంటుంది. అబ్బ, చాల ఆకలిగా ఉంది" అన్నాడు రాఖాల్. వెంటనే శ్రీరామకృష్ణులు గంగ ఒడ్డుకు గబగబా వెళ్ళి, "ఓ గౌర్దాసీ! (గౌరీమా, శ్రీరామకృష్ణుల భక్తురాలు) త్వరగా రావాలి. మా రాఖాల్‌కు ఆకలి వేస్తోంది, భరించలేకుండా ఉన్నాడు" అంటూ ఎలుగెత్తి కేకపెట్టారు. కాస్సేపట్లో గౌర్దాసీ పడవలో తినుబండారాలు పట్టుకువచ్చింది. అది చూసి

శ్రీరామకృష్ణులు సంతోషం పట్టలేక చిన్నపిల్లవాణ్ణి పిలిచినట్లు, "ఓ రాఖాల్! ఇలా చూడు, తినుబండారాలు వచ్చేశాయి. ఆకలితో విలవిల్లాడిపోయావు కదా! ఇక వెళ్ళి ఆరగించు" అంటూ రాఖాల్‌ను పిలిచారు.

ఆ మాటలు విని రాఖాల్ రోషంతో ఇలా అన్నాడు: "ఔను, ఆకలి వేసింది కనుక అలా అన్నాను. అందుకని మీరు ఆ విషయం ఊరంతా తెలిసేలా చాటింపు వేయాలా? సిగ్గుచేటు." అందుకు శ్రీరామకృష్ణులు, "అవును, నీకు బాగా ఆకలివేసింది కనుక చెప్పాను, తప్పేమిటి? ఇక వెళ్ళి ఆరగించవయ్యా!" అంటూ బుజ్జగించారు. బిడ్డడి ఆకలి తీర్చగలిగింది తల్లే కదా!

ధ్యానంలో లీనమైపోతే రాఖాల్‌కు దినచర్య కూడ జ్ఞప్తికి వచ్చేది కాదు. ఆ సందర్భంలో శ్రీరామకృష్ణులు, "ఈ స్థితిని చేరుకొన్న ఈ కుర్రవాడు నాకు ఏం సేవచేయగలడు? నేనే లేచి వెళ్ళి అతడికి మంచినీళ్ళు అందించవలసిన పరిస్థితి ఎదురవుతూంటే" అనేవారు.

కాలచక్రం గిర్రున తిరుగసాగింది....

ఒక బహుళ చతుర్దశి నాడు ధ్యానంలో మగ్నుడైన రాఖాల్‌ను శ్రీరామకృష్ణులు అతడి ఛాతీమీద తమ చేతులతో నిమిరి బాహ్యస్మృతికి తీసుకురావలసి వచ్చింది. ఆ

తరువాత శ్రీరామకృష్ణులు మౌనసమాధి పాటించారు; పిదప మౌనభంగం చేసి ఇలా అన్నారు: "ఇంత సేపూ నాకు జగజ్జనని, భక్తులు ఎంతవరకు ఆధ్యాత్మికంగా పురోగమించారో చూపిస్తూ వచ్చింది. రాఖాల్‌ను గురించి అయితే, అతడు ఎంతో ఎదిగాడు. ఆ విషయాలన్నీ గుప్తమైనవి, బయటకు వెల్లడించరాదు."

1885వ సం॥ శ్రీరామకృష్ణులకు కంఠంలో వ్రణం బయలుదేరింది. తరువాత దాన్ని క్యాన్సర్‌గా నిర్ధారించారు. చికిత్స నిమిత్తం ఆయన్ను కాశీపూర్ ఉద్యానగృహానికి తరలించారు. అక్కడ ఆయన నిత్యం కొంతసేపు ఏకాంతంగా నరేంద్రుడితో భవిష్యత్తులో నిర్వర్తించవలసిన కార్యప్రణాళికల గురించి ముచ్చటిస్తూ ఉండేవారు. శిష్యులందరూ శ్రీరామకృష్ణులకు అమిత శ్రద్ధాభక్తులతో సేవలు ఒనరించసాగారు. ఆ సందర్భంలో ఒకరోజు రాఖాల్ శక్తి సామర్థ్యాలు, దీక్ష పట్టుదల, గాంభీర్యాన్ని ప్రస్తావిస్తూ శ్రీరామకృష్ణులు ఇలా మెచ్చుకొన్నారు: "ఈ రాఖాల్‌ది రాజబుద్ధి. సంకల్పిస్తే ఒక మహాసామ్రాజ్యాన్నే పరిపాలించగల ప్రతిభావంతుడు."

శ్రీరామకృష్ణుల పలుకులలో ఆంతర్యాన్ని గ్రహించిన నరేంద్రుడు వెంటనే, "ఇకనుంచీ మనందరం రాఖాల్‌ను

'రాజా' అని పిలుద్దాం" అన్నాడు. శిష్యులందరూ ఏకగ్రీవంగా అందుకు ఆమోదించారు. అప్పటి నుండి రాఖాల్‌ను, వట్టి 'రాజా' అనే కాక 'మహారాజా' అని అత్యంత ఆదరాభిమానాలతో పిలువసాగారు.

ఇది ఇలా ఉండగా, రాఖాల్‌కు పరంపరగా భావసమాధి స్థితులు, అనేక దివ్యదర్శనాలు, యోగసిద్ధులు కలుగసాగాయి.

ఎందరు ఘనవైద్యులు చికిత్స చేసినా, ఎంతటి సేవాశుశ్రూషలు శిష్యబృందం అందించినా శ్రీరామకృష్ణుల ఆరోగ్యం కుదుటపడక, నానాటికీ క్షీణించసాగింది. చివరకు 1886వ సం॥ ఆగష్టు 16వ తేదీ శ్రీరామకృష్ణులు మహాసమాధి చెందారు.

తదనంతరం సోదర శిష్యులతో కలిసి వరాహనగరంలో తాము ఏర్పాటు చేసుకొన్న మఠంలో రాఖాల్ శాస్త్రవిధిన సన్న్యాసాశ్రమం స్వీకరించాడు. రాఖాల్, స్వామి బ్రహ్మానంద అయ్యాడు.[1]

---

1. శ్రీరామకృష్ణుల మహాసమాధి తదనంతరం సన్యాసం స్వీకరించిన ప్రత్యక్ష శిష్యులు, వారి సన్న్యాస నామాలు:

నరేంద్రుడు	.....	స్వామి వివేకానంద
రాఖాల్	.....	స్వామి బ్రహ్మానంద

→

స్వామి బ్రహ్మానంద తీవ్ర వైరాగ్యంతో తీర్థయాత్రలు సలిపారు, భిక్షాటనం చేశారు, విశేషంగా తపస్సు ఒనరించారు.

ఒకసారి జగన్నాథ క్షేత్రంలో స్వామి బ్రహ్మానంద భిక్షాటన చేస్తూ ఉండగా చూసి బలరాం బోస్ (శ్రీరామకృష్ణుల గృహస్థ శిష్యులలో ప్రసిద్ధుడు) అక్కడి తమ భవనంలో బసచేయమని, సదుపాయంగా ఉంటుందని ఎంతో ప్రాధేయపడ్డాడు. కాని జీవితలక్ష్యాన్ని

→

యోగీన్	.....	స్వామి యోగానంద
నిరంజన్	.....	స్వామి నిరంజనానంద
లాటూ	.....	స్వామి అద్భుతానంద
బాబూరాం	.....	స్వామి ప్రేమానంద
తారక్	.....	స్వామి శివానంద
హరి	.....	స్వామి తురీయానంద
శరత్	.....	స్వామి శారదానంద
శశి	.....	స్వామి రామకృష్ణానంద
కాళీ	.....	స్వామి అభేదానంద
గంగాధర్	.....	స్వామి అఖండానంద
గోపాల్ (పెద్ద)	.....	స్వామి అద్వైతానంద
శారదాప్రసన్న	.....	స్వామి త్రిగుణాతీతానంద
సుబోధ్	.....	స్వామి సుబోధానంద
హరి	.....	స్వామి విజ్ఞానానంద

సాధించడంలో స్థిరసంకల్పుడైన వ్యక్తి సౌకర్యాలు, సదుపాయాలు ఆశిస్తాడా?

ఉత్తర భారతంలో తపస్సుకు బయలుదేరినప్పుడు సోదర శిష్యుల నాయకుడైన నరేంద్రుడు (స్వామి వివేకానంద) తమ 'మహారాజు'కు ఏం ఇబ్బంది కలుగుతుందోనని సుబోధానందుడనే సోదర శిష్యుణ్ణి స్వామి బ్రహ్మానంద వెంట పంపాడు. నర్మదానదీ తీరాన వెలసివున్న ఓంకారనాథ క్షేత్రంలో స్వామి బ్రహ్మానంద తీవ్ర తపస్సు ఒనరించారు. ఆరు రోజులపాటు సమాధి స్థితిలోనే ఉండిపోవడం జరిగింది. మరో సందర్భాన పంచవటిలో సంకీర్తన చేస్తూ మూడు రోజులు సమాధి మగ్నులయ్యారు.

ద్వారకా బృందావన యాత్రలు చేసి బ్రహ్మనిష్ఠాగరిష్ఠుడై నిరంతర తపోనిష్ఠలో మహారాజు అన్నపానాదులనే విస్మరించడం చూసి, శ్రీరామకృష్ణులకు ప్రీతిపాత్రుడూ, మహనీయుడూ అయిన విజయకృష్ణ గోస్వామి, మహారాజును ఇలా అడిగారు: "స్వామీ! ఆధ్యాత్మిక జీవనానికి అవసరమైనంత, ఆశించదగినదంతా మీకు మీ గురుదేవులే అనుగ్రహించారు కదా! అయినప్పటికీ మీరింకా ఎందుకింత తీవ్రతపోధ్యానాదులు అనుష్ఠిస్తున్నారు?" అందుకు స్వామి బ్రహ్మానంద చిన్నగా నవ్వుతూ, "ఆయన

నాకు ప్రసాదించిన ఆస్తిని స్థిరాస్తిగా చేసుకోవడానికి" అని జవాబు ఇచ్చారు.

స్వామి బ్రహ్మానందది తనివితీరని సాధన.

1893వ సం॥ స్వామి వివేకానంద అమెరికాలోని చికాగో నగరంలో నిర్వహించిన విశ్వమత మహాసభలో హిందూమత ప్రతినిధిగా పాల్గొన్నారు. ఆ మహాసభలో హిందూమత ప్రాశస్త్య వైశిష్ట్యాలను గురించి అద్భుత రీతిన ప్రసంగించి, విజయ దుందుభి మ్రోగించిన వైనం లేఖామూలంగా, వార్తాపత్రికల మూలంగా స్వామి బ్రహ్మానందకు తెలిసినప్పుడు ఆయన సంతోషం వర్ణనాతీతం.

అప్పుడు స్వామి బ్రహ్మానంద తమ మహాతపోఫలితంగా సామ్రాజ్యాధిపతులై, లోక సంక్షేమం నిమిత్తం శ్రీరామకృష్ణ సంస్థకు సంబంధించిన మహత్తరమైన బాధ్యతలను నిర్వహిస్తున్న తరుణం.

ఆ తరువాత రెండేళ్ళకు స్వామి వివేకానంద అమెరికా నుండి భారతదేశానికి తిరిగి వచ్చారు. కలకత్తాలో స్వామి వివేకానందకి ఘన స్వాగతం పలుకడానికి ఒక గొప్ప బహిరంగ సభ ఏర్పాటైంది. ఆ మహాసభలో స్వామి బ్రహ్మానంద, స్వామి వివేకానందులను పుష్పమాలాలంకృతుని గావించారు. అప్పుడు స్వామి వివేకానంద 'గురువత్

గురుపుత్రేషు' అంటూ స్వామి బ్రహ్మానందకి పాదాభివందనం చేశారు. అప్పుడు సమయ స్ఫూర్తితో స్వామి బ్రహ్మానంద, 'జ్యేష్ఠభ్రాతా పితృసమః' అంటూ స్వామి వివేకానందకి ప్రణామం చేశారు. వారి పరస్పర ప్రేమానురాగాలు వర్ణనాతీతం.

భారతీయుల సంక్షేమానికై అమెరికన్ భక్తులు ఒసగిన ధనానికి 'మహారాజే ధర్మకర్త' అని ప్రకటించి స్వామి వివేకానంద స్వామి బ్రహ్మానందకి ఆ బాధ్యతను అప్పగించారు.

ఒకప్పుడు రాఖాల్, నరేంద్రులను పోలుస్తూ శ్రీరామకృష్ణులు ఇలా అనేవారు: "నరేంద్రుడు ఒర నుంచి దూసిన జ్ఞానఖడ్గం, రాఖాల్ జగన్మాత ఒళ్ళోని పసిబిడ్డడు."

స్వామి వివేకానంద వేదాంత కేసరి, ఆయన సందేశం శంఖారావం.

స్వామి బ్రహ్మానంద రకరకాల పుష్పాలను వికసింపచేసి దివ్య ఫలసస్యాలను సమకూర్చే మంచులా, మౌనిగా ప్రశాంతిని మౌన హృదయాల మీద చిలకరిస్తూ ఆత్మప్రభావాన్ని అభివ్యక్తం చేశారు.

స్వామి వివేకానంద భారతదేశ జాగృతికి పునాది నిర్మిస్తే, స్వామి బ్రహ్మానందులు వాటి మీద బ్రహ్మాండమైన భవంతిని నిర్మించారు.

స్వామి వివేకానందుల ధీర వీర ప్రజ్ఞాపాటవాలు ఎంతటి జడునినైనా జాగృతం చేయగలిగితే, స్వామి బ్రహ్మానందుల జ్ఞాన దృష్టి అతడికి తరుణోపాయం చూపగలిగింది.

"మన 'రాజా' మహోన్నతమైన ఆధ్యాత్మిక శక్తికి పెన్నిధి" అంటూ స్వామి వివేకానంద వక్కాణించారు.

1902వ సం॥ ప్రారంభంలో స్వామి వివేకానంద, స్వామి బ్రహ్మానందులను శ్రీరామకృష్ణ మఠం మరియు మిషన్ సంస్థలకు (Sri Ramakrishna Math & Mission) సర్వాధ్యక్షుని గావించారు.

నలభై సంవత్సరాలు కూడ నిండకుండానే స్వామి వివేకానంద 1902వ సం॥ పరమపదించారు. శ్రీరామకృష్ణ సంస్థల భారం యావత్తు స్వామి బ్రహ్మానంద భుజస్కంధాలమీద పడింది.

అంతకు మునుపే కలకత్తాలోని బేలూర్ ప్రధాన మఠంగా మద్రాసులో ఒక మఠం, హిమాలయాల్లో ఒకటి స్థాపించబడినాయి. అమెరికాలో న్యూయార్క్, శాన్‌ఫ్రాన్సిస్కోలలో వేదాంత కేంద్రాలు వెలశాయి.

భవన నిర్మాణం, క్షామ నివారణాది సేవాసంఘ కార్యనిర్వహణ, విద్యా విధానం, గ్రంథ ప్రచురణ –

ఒక్కటేమిటి మఠం చేపట్టిన సమస్తమైన కార్యక్రమాల్లో స్వామి బ్రహ్మానంద అమూల్యమైన సలహాలు అందిస్తూ తమ ప్రజ్ఞాపాటవాలను పూర్తిగా అందునిమిత్తం వినియోగించసాగారు.

మఠ సేవాసంఘ ప్రధాన కార్యదర్శియైన స్వామి శారదానంద, స్వామి బ్రహ్మానందుల అభిప్రాయాలను శిరసా వహించేవారు.

శ్రీరామకృష్ణ సేవాసంఘాలలో విఖ్యాతి గాంచిన కాశీ సేవాసంఘ కేంద్రానికి స్వామి బ్రహ్మానంద శంఖుస్థాపన చేశారు. బెంగుళూరులో వెలసిన శ్రీరామకృష్ణ ఆశ్రమానికి ప్రారంభోత్సవం జరిపారు. అక్కడి పూజామందిరంలోకి హరిజనులు, నిమ్నజాతులవారు రావడం చూసి ఆయన పరమానందభరితులయ్యారు. స్వయంగా హరిజనవాడకు వెళ్ళి వారిని ప్రోత్సహించి, దీవించి వచ్చారు. కేరళలోని తిరువనంతపురంలోను, ఒరిస్సాలోని సుప్రసిద్ధ క్షేత్రమైన భువనేశ్వర్‌లోని శ్రీరామకృష్ణాశ్రమాలకు స్వామి బ్రహ్మానందులే శంఖుస్థాపన చేశారు. 1917వ సం॥ మద్రాసులోని శ్రీరామకృష్ణ మిషన్ స్టూడెంట్స్ హోమ్ నూతన భవన నిర్మాణానికి కూడా ఆయనే శంకుస్థాపన చేశారు.

ఈ రీతిలో స్వామి బ్రహ్మానంద పర్యవేక్షణలో, ఆయన అందించిన స్ఫూర్తితో దేశంలో అనేక ప్రాంతాల్లో వైద్యశాలలు, సేవాశ్రమాలు, ధార్మిక సంస్థలు చిరస్థాయిగా నెలకొల్పబడ్డాయి. ఈ మహోన్నత సేవాకార్యాల నిర్వహణలో ఉంటూనే, స్వామి బ్రహ్మానంద తీర్థయాత్రలు చేశారు, తపమాచరించారు, దైవసందర్శనం పొందారు. సమాధి స్థితులు కూడా పొందారు.

ప్రథమంలో శిష్యులను, ఉపదేశార్థులను అనేక సంవత్సరాలు పరిశీలించిగాని స్వామి బ్రహ్మానంద వారికి ఉపదేశం చేసేవారు కారు. కాని కాలక్రమంలో విశాలహృదయంతో అడిగిన వారికి మంత్రోపదేశం చేశారు. ఇలా ఆయన శిష్యవర్గం విస్తృతమైంది. కొందరైతే మహారాజు నుంచి స్వప్నంలో కూడ మంత్రదీక్ష పొందారట.

ఆయన ధైర్యస్థైర్యాలు అపరిమితం. ఒకప్పుడు రంకెలు వేస్తూ పిచ్చిగా పరిగెత్తివచ్చే ఎద్దు, మరొకప్పుడు ఒక పెద్దపులి, గంభీరంగా నిలబడ్డ మహారాజును సమీపించి పక్కకు తప్పుకుపోయాయి. ఆయనలోని అద్భుతశక్తికి ఈ సంఘటనలు తార్కాణాలు.

మహరాజ్ ఎంత గంభీరులో అంతటి హాస్యరస ప్రియులు కూడ. కళ్ళు మూసుకొని ధ్యానమగ్నుడైన శిష్యుని

ఎదుట పళ్ళూఫలాలుగాని, మిఠాయిలుగాని పెట్టించి, అతడు కళ్ళు తెరవగానే, "చూశావా నాయనా! నీ తపోఫలాన్ని" అంటూ చమత్కరించేవారు. హాస్యంతో వేదాంతాన్ని రంగరించి శిష్యులకు బోధించేవారు.

ఇక్కడ ఒక హాస్య సంఘటనను పేర్కొనడం అసంగతం కాబోదు. తమ సోదర శిష్యుడైన స్వామి అఖండానందతో ఒకసారి తమాషా చేశారు. బేలూరు మఠంలో మరికొన్నాళ్ళపాటు ఉండమంటె, స్వామి అఖండానంద తమ ఆశ్రమానికి వెళ్ళి తీరవలసిందేనని పట్టుబట్టారు. సరే అని, వేకువనే వచ్చి పల్లకీ తెచ్చి స్టేషన్‌కు తోడ్కొనిపోవడానికి బోయీలను నియమించినట్లే నియమించి, వారి చెవిలో మహారాజు ఏదో గుసగుసలాడారు. బోయీలు "వాహాం వాహాం ఓం.... వాహాం వాహాం ఓం" అని నినాదాలు చేస్తూ తెల్లవారే వరకు తెరల మరుగున ఉన్న స్వామి అఖండానందని బేలూరు మఠ ఆవరణ చుట్టూ ప్రదక్షిణలు చేయించి సూర్యోదయం అయ్యేసరికి మఠం ముంగిట పల్లకీని దింపారట. మహారాజు కుశల ప్రశ్నలతో ఎదురేగి రాగా, సోదర శిష్యులు ఇద్దరూ ఒకర్నొకరు ఆలింగనం చేసుకొని పసిపిల్లల్లా నవ్వుకున్నారు.

స్వామి బ్రహ్మానంద ఈ తీరులో ఒకవైపు హాస్యచతురులై ఉండీ, మరోవైపు భగవద్భావపరిపూర్ణులై విరాజిల్లారు.

శ్రీరామకృష్ణులు ఇలా అనేవారు: "పరిపక్వమై, మధుర రసభరితమై ఆకుపచ్చగా కనిపించే రసాల జాతికి చెందిన మేలురకం మామిడిపండు వంటివాడు మా రాఖాల్!"

స్వామి బ్రహ్మానంద అవసానదశలో కొంతకాలం తీవ్రవ్యాధిగ్రస్తులైనారు. అయినా ఆయన ముఖారవిందం మాత్రం దివ్యతేజోవిరాజమానమై భాసిస్తూ ఉండేది. తమ దర్శనార్థం వచ్చిన శిష్యులను, భక్తులను దగ్గరకు పిలిచి, దీవించేవారు. వచ్చిన ప్రతి వ్యక్తికీ ఏదో ఒక సూక్తి చెప్పి మరీ పంపించేవారు.

శ్రీరామకృష్ణుల ప్రత్యక్ష శిష్యులలో ఒకరైన స్వామి విజ్ఞానానంద, మహారాజ్ దివ్యదర్శనాలను గురించి ఇలా ప్రస్తావించారు: "దేవుళ్ళు, దేవతలు పురాణ కల్పితాలు కావు. మహారాజ్ దేవతలను దర్శించి వారితో సంభాషించేవారు. అందుచేత నాకీ విషయం స్పష్టమైంది."

స్వామి బ్రహ్మానంద ఉన్నట్టుండి సమాధి స్థితిపొంది, బాహ్యచైతన్యం కలిగాక, "కృష్ణపరమాత్మను చూడగలిగాను. గత ఏ జన్మలోనో నా నేస్తం. నేను ఆ గోపాలుని రాఖాల్‌ను.

గజ్జులు తెచ్చి కాళ్ళకు కట్టండి, ఘల్ ఘల్ మంటూ నాట్యం చేస్తాను" అని అనేవారు.

ఇలా అంటూనే ధ్యానంలోకి వెళ్ళిపోతూ ఇలా పలికారు: "నా ఆట అయిపోయిందంటున్నాడు. కృష్ణుడు రమ్మని పిలుస్తున్నాడు. వచ్చేయమంటున్నాడు.... అవిగో నా గురుదేవుల పాదాలు. అడుగో వివేకానందుడు... ప్రేమానందుడు, యోగానందుడు. నా సోదర శిష్యులంతా అరుగో (అప్పటికి వారందరూ స్వర్గస్థులైనారు)."

1922వ సం॥ ఏప్రిల్ 10వ తేదీన స్వామి బ్రహ్మానంద భౌతికంగా ఈ లోకాన్ని విడిచి వెళ్ళిపోయారు. బేలూరు మఠ ఆవరణలోనే స్వామి భౌతిక కాయానికి అంత్యక్రియలు జరిగాయి. పిదప అదేచోట స్వామి స్మారక మందిరం నిర్మించారు. ఆ మందిరంలో స్వామి ధ్యానమగ్నులై నెలకొని ఉన్నట్లు చలువరాతి విగ్రహాన్ని ప్రతిష్ఠించారు.

స్వామి శిలాప్రతిమను చూస్తూ ఉన్న ప్రతి వ్యక్తి చెవిలోను స్వామి ఈ లోకం నుంచి వీడ్కోలు తీసుకొంటూ అన్న ఈ తుది పలుకులు మార్మోగుతూ ఉంటాయి: "విచారించకండి నాయనలారా! నేనెప్పుడూ మీ వెంట ఉంటాను."

దక్షిణ కాలిఫోర్నియాలోని వేదాంత సంఘాధ్యక్షులైన స్వామి ప్రభవానందతో, శ్రీరామకృష్ణుల ప్రత్యక్ష శిష్యులైన స్వామి శివానంద, స్వామి బ్రహ్మానంద మహత్తును గురించి పలికిన ఈ మాటలు నిత్యసత్యాలు: "భగవంతుని పుత్రుణ్ణి దర్శించడం, భగవంతుణ్ణి దర్శించినట్లే - అన్నమాట విస్మరించరాదు సుమా!"

శిష్యులకు స్వామి బ్రహ్మానంద ఇలా హెచ్చరిక చేశారు: "భగవత్సాక్షాత్కారమే జీవిత పరమోద్దేశం. ఆనందసాగరమగ్నులై అమృత స్వరూపులు కండి. భక్తి జ్ఞానాలను పరిపూర్ణంగా సముపార్జించుకొని మానవునిలోని మాధవుణ్ణి సేవించండి."



బోధనలు

రత్నం విలువ చెప్పాలంటే?

శ్రీరామకృష్ణుల జయంతిని పురస్కరించుకొని జరిగిన బహిరంగ సమావేశానికి మరునాడు, అంటే 1916వ సం|| మార్చ్ 14వ తేదీ సాయంత్రం.....

బేలూరులోని పాత మఠ భవనంలో గంగానదికి అభిముఖంగా ఉన్న వసారాలో బల్లమీద శ్రీరామకృష్ణుల శిష్యులైన స్వామి ప్రేమానంద, స్వామి అఖండానంద కూర్చుని ఉన్నారు. సమీపంలోని మరో బల్లమీద ఇతర శిష్యులు, బ్రహ్మచారులు, ఇంకా పలువురు కూర్చుని ఉన్నారు. అప్పుడు ఆ బృందంలోని స్వామి అచలానంద, స్వామి ప్రేమానందని ఇలా అడిగారు: "స్వామీ! గురుదేవులను (శ్రీరామకృష్ణులను) గురించి మాకు ఏదైనా తెలుపవలసిందిగా మనవి చేసుకొంటున్నాను. ఆయన ఉపదేశాలు 'కథామృతంలో' చదవడం కంటె మీ ముఖతా వినడం మాకెంతో ఉత్సాహాన్ని, దివ్యస్ఫూర్తిని కలిగిస్తాయి."

అందుకు స్వామి ప్రేమానంద ఇలా చెప్పసాగారు: గురుదేవుల ఉపదేశాలలో కొన్ని మాత్రమే 'కథామృతం'లో చోటుచేసుకొన్నాయి. వాటిలోనూ పునరుక్తులు ఎన్నో. అప్పుడప్పుడు 'మ' (మహేంద్రనాథ గుప్త) గురుదేవులను దర్శించినప్పుడు, ఆయన ముఖతా జాలువారిన ఉపదేశాలను వ్రాసుకుని పదిలపరిచారు. కాని శ్రీరామకృష్ణులు తమ శిష్యుల మనస్తత్త్వాన్ని బట్టి, వారివారి గ్రహణశక్తిని బట్టి బోధిస్తూ ఉండేవారు. సన్యాసులు కాబోయే తమ శిష్యులకు ఆయన ఏకాంతంలో తత్త్వబోధలు చేసేవారు. గృహస్థ శిష్యులు వెళ్ళిపోయిన పిదప, తలుపు గడియవేసి త్యాగ వైరాగ్యాలను గురించి ఎంతో ప్రభావితంగా మాకు బోధించేవారు. విషయభోగాలన్నీ తుచ్ఛమైనవనీ, హేయమైనవనీ మా లేతమనస్సులలో నాటుకుపోయేట్లు ఆయన ఉపదేశించేవారు. సంసారం ఎంత నిస్సారమైనదో, ఎడారి ప్రదేశంలా ఎంత తపన కలిగిస్తుందో, ఎండమావుల్లా ఎంత భ్రాంతి సంతాప జనితమో, మా పట్ల కరుణబూని, అది ఏ విధంగా దప్పికను తీర్చలేదో వివరించి చెప్పేవారు.

రక్తమాంసాలు, ఎముకలు, మలమూత్రాదులతో కూడుకొన్న ఈ మానవదేహం యొక్క తత్త్వం ఎటువంటిదో

చెబుతూ, అటువంటి నికృష్టమైన శారీరక సుఖాల వెంట మా మనస్సులు పరుగులు తీయకుండా, ఆ మనస్సులను ఎలా అరికట్టాలో బోధించేవారు. జగత్తునంతా ఆవరించి ఉన్న ఈ మాయాప్రభావాన్ని గూర్చి ప్రస్తావిస్తూ, మానవుడు తన దివ్యత్వాన్ని విస్మరించి, 'పునరపి మరణం పునరపి జననం' అన్నట్లు పదేపదే ఆ మాయాజాలంలో ఎలా చిక్కువడిపోతున్నాడో వివరించి చెప్పేవారు. లౌకిక సుఖభోగాలకై తెలివిమాలి ఈ ఊబిలో దిగి, ఉబలాటంతో పడితే అది సుఖంలో కాక సుఖాభాసంగా పరిణమిస్తుందనీ, క్షణికమైనదనీ, అశాంతే దాని పర్యవసానమనీ మానవుడు ఎరుగకపోలేదు. అయితే ఏం లాభం? ఆ బురదను పులుముకోక మానడు కదా!

ముట్టెనుండీ బొటబొట రక్తం స్రవిస్తూ ఉన్నప్పటికీ ముళ్ళతుప్పల్ని తినడం మానని ఒంటె సామెతగా, మానవుడు ఎన్ని బాధలు అనుభవిస్తూ ఉన్నప్పటికీ విషయ సుఖాల కోసం ప్రాకులాడుతూనే ఉన్నాడు కదా! తన కామ సంతృప్తికోసం కనకం కావాలి. కామ కాంచనాలకు అవినాభావ సంబంధం ఉంది. లోకం అంటె ఇదే, మరేదీ కాదు. సంసార కూపంలోకి ఈడ్చుకొనిపోయేవి ఈ

కామినీకాంచన పాశాలే కదా! వీటిలో చిక్కువడకుండా, ఈ పాశాలను ఎవడు విదిల్చి పారేస్తాడో అతడే నిజమైన విజేత.

తన ప్రవర్తనలోగాని, ఆలోచనలోగాని ఎవడైతే కామాన్ని దరిచేరనివ్వడో, సదా విసర్జిస్తాడో, ఆతడే త్యాగి. సమస్త ప్రాపంచిక సుఖత్యాగి, నిజమైన విరాగి. సన్యాసి అతడే. సన్యాసం – కాషాయవస్త్రధారణ మాత్రం చేతగాని, మత్స్యమాంసాదులను విసర్జించడం చేతగాని, అబ్బదు.

విభిన్న సంప్రదాయాలకు చెందిన సాధకులు, సాధువులు గురుదేవులను దర్శించేందుకు దక్షిణేశ్వరం వస్తూ ఉండేవారు. ఆయనతో సంభాషించిన వారందరూ ఎంతో సంతృప్తి చెందేవారు. వచ్చిన ప్రతి ఒక్కరికీ, వారికి అనువైన, సులువైన ప్రత్యేక మార్గాన్ని ఆయన సూచించేవారు; వారిచే ముందంజ వేయించేవారు. దాంతో ఎవరికి వారు శ్రీరామకృష్ణులు తమ ప్రత్యేక సంప్రదాయానికి చెందినవారని భావించి తృప్తిపడేవారు.

'శ్రీరామకృష్ణుల ఆదర్శాలు, ఆశయాలు ఆకాశమంత విస్తృతమైనవి, సముద్రమంత గంభీరమైనవి. ఆయనకు వివిధ సంప్రదాయాలు, మార్గాలు అన్నీ కొట్టిన పిండే' అన్న విషయం వారికి తెలియదాయె! శ్రీరామకృష్ణులు

సంప్రదాయాలన్నిటిని తరచి తరచి ఆపోశన పట్టి, అన్నిటి గమ్యం ఒక్కటే, భగవత్సాక్షాత్కారమే అన్న సత్యాన్ని కనుగొన్న సిద్ధపురుషుడు కదా!

భగవత్సాక్షాత్కారమే జీవిత పరమగమ్యమన్న సత్యాన్ని ఎన్నడూ మరువకండి.

ఆ పవిత్ర గమ్యాన్ని చేరడానికే మీరీ సంసారాన్ని త్యజిస్తున్నారు. ప్రేమ, భక్తి వికాసాలకై తీవ్రంగా కృషి చేయండి. భగవంతుడు మన ప్రాణానికి ప్రాణం, ఆత్మకు ఆత్మ. ఆయన మన హృదయేశ్వరుడు. మనకు అత్యంత ఆప్తుడు. భగవంతునికై భక్తిప్రపత్తులతో పరితప్తులవండి. భగవాన్ శ్రీరామకృష్ణుల ఆంతరంగిక శిష్యకోటిలోని వారైన స్వామి బ్రహ్మానంద మొదలైన నిత్యసిద్ధుల సంసర్గ సంసేవన మహాభాగ్యం పొందిన మీరు ధన్యజీవులు. ఈ సదవకాశాన్ని జారవిడువకండి. పౌరుషవంతులైన మీరు దేవతామూర్తులు కావాలి. మీ జీవితాలు ఇతరులకు మార్గదర్శకాలవ్వాలి."

ఇలా ఏకధాటిగా ప్రసంగించి స్వామి ప్రేమానంద కాస్సేపు మౌనం వహించి, మళ్ళీ ఇలా కొనసాగించారు.

"నాయనలారా! ఇలా చూడండి. మేము కనుమరుగయ్యాక జనం తండోపతండాలుగా ఉపదేశార్థం మీ వద్దకు వస్తూ ఉంటారని నాకు స్పష్టంగా

గోచరమౌతోంది" అన్నారు. అప్పుడొక యువసన్న్యాసి లేచి, "అది సంభవమేనా స్వామీ? తండోపతండాలుగా జనం వచ్చే పక్షంలో అది మీ జీవిత కాలంలోనే జరగాలి కదా!" అన్నాడు.

అందుకు స్వామి ప్రేమానంద ఇలా జవాబిచ్చారు: "మాకంటె నువ్వు తక్కువవాడవని అనుకోవద్దు. నువ్వు మాతృదేవి అనుగ్రహం పొందినవాడివి. జనం మా పాదధూళి గైకోడానికి వచ్చినంత మాత్రాన మేమేం ఘనులమైపోయామని భావిస్తున్నారా? కాము, మొదట మేం శ్రీరామకృష్ణులను దర్శించుకొన్నాం. పిదప సంసారం త్యజించాం. నువ్వు ఆయనను దర్శించకుండానే సంసారాన్ని పరిత్యజించావు. కనుక నిజానికి నువ్వే ఘనుడవు బాబూ!"

అప్పుడు ఆ యువసన్న్యాసి, "కాని శ్రీరామకృష్ణులు మిమ్ములను ఘనులుగా రూపొందించారు స్వామీ!" అన్నాడు.

ఆ మాటలు విని స్వామి ప్రేమానంద ఇలా అన్నారు: కాదు నాయనా! శ్రీరామకృష్ణులు మమ్మల్ని ఘనులను చేయలేదు. ఆయన మమ్మల్ని 'అనామకుల్ని' చేశారు. మీరుకూడ 'అనామకులు' కావాలని నా ఆశయం.

'అభిమానాన్ని, అహంకారాన్ని మీ మనోఫలకం నుండి తుడిచివేయండి. అహంకారం అంతరిస్తేగాని బాధలు తొలగిపోవు' అనేవారు శ్రీరామకృష్ణులు. 'నేను కాదు, నేను కాదు. ప్రభూ! సర్వం నువ్వే!' అనేవారు నాగమహాశయుడు. ఆయన జీవితాన్ని పరికించండి. ఆయనలో అహం కించిత్తూ ఉండేది కాదు – అనేవారు గిరీశ్ చంద్రఘోష్.

మహామాయ తన వలలో నాగమహాశయుని, స్వామి వివేకానందని బంధించాలనుకొన్నది. కాని నాగమహాశయుడు పరమాణువుకంటె పరమాణువై మాయాజాలంలో పట్టువడలేదు. ఇక వివేకానందుడైతే (సర్వాత్మ భావంతో) మహత్తుకంటె పరమ మహత్తరమైన అఖండాత్మ స్వరూపమే తానై పెరిగిపోయినందున మహామాయ ఆయన్ను చేజిక్కించుకోలేకపోయింది.

ఈ మాయాజాలం దేనితో కూడుకొని ఉన్నదో మీకు తెలుసా? శబ్దస్పర్శాదులు, కామినీకాంచనాలు, పేరు ప్రతిష్ఠలు, అహంకారమమకారాలు ఇత్యాదులతో మాయ మానవుని బంధింప చూస్తుంది. ఈ మాయాజాలం నుండి బయటపడండి. బయటపడితే మనస్సు తిన్నగా భగవంతుని పాదపద్మాలపై వాలుతుంది. 'మనయేవ

మనుష్యాణాం కారణం బంధమోక్షయోః' – బంధమోక్షాలన్నిటికీ కారణం మనస్సే కదా!

"విషయ సుఖాల, పేరుప్రతిష్ఠల, కామినీకాంచనాల పట్ల వ్యామోహంతో ఉంటాడు లౌకికుడు. సాంసారిక భోగసురాపానమత్తుడై ఉంటాడు. మీరు మత్తులవండి. దేనితో? నిష్కామకర్మాచరణానందంతో సుమా! భగవత్ప్రేమామృత ఆస్వాదనతో, భక్తిపారవశ్యంతో, సమాధి సంజనిత బ్రహ్మానందంతో మత్తులవండి."

ఇంతలో స్వామి బ్రహ్మానంద అక్కడకు వచ్చి స్వామి ప్రేమానంద పక్కన మౌనంగా కూర్చున్నారు. స్వామి శివానంద కూడ వచ్చి వారికి ఎదురుగా బల్లమీద కూర్చున్నారు.

యువసన్న్యాసులు, బ్రహ్మచారులు దాదాపు అరవై మంది వచ్చి స్వాముల చుట్టూ కూర్చున్నారు. శ్రీరామకృష్ణుల మానసపుత్రుడూ, ఆయనకు అత్యంత ఆప్తుడూ అయిన స్వామి బ్రహ్మానంద సాన్నిధ్యంలోనూ, శ్రీరామకృష్ణుల ఆంతరంగికకోటిలోని వారైన స్వామి ప్రేమానంద, స్వామి శివానందుల సాన్నిధ్యంలోనూ అక్కడ చేరిన అందరి హృదయాలు దివ్యానందాలతో పరిపూరితాలైనాయి. అందరూ పారమార్థిక చింతనలో

మగ్నులయ్యారు. సమస్త ప్రకృతి స్తబ్ధ అయినట్లు తోచింది. అక్కడ గుమిగూడిన అందరి హృదయసీమలను ప్రశాంతత రాజ్యం చేస్తూ ఉంటే, చేరువనున్న గంగానది మెల్లగా, నిండుగా ప్రవహిస్తూ ఉంది.

కాలం ఎలా కదలిపోతూ ఉన్నదో తెలియరాని ఆ వాతావరణంలో కొంతసేపటికి నిశ్శబ్దం భంగమైంది. జగన్నాథ క్షేత్రంలో వెలసిన సుప్రసిద్ధ శంకర మఠాన్ని గురించి, అక్కడ వసిస్తున్న సాధువుల గురించి జిజ్ఞాస కలిగించే ఒక ప్రస్తావన వచ్చింది. అప్పుడు స్వామి బ్రహ్మానంద ఇలా చెప్పారు: "నేనొకప్పుడు జగన్నాథ క్షేత్రంలో ఉండగా, రంగస్వామి అనే ఒక సాధువును కలుసుకోవడం తటస్థించింది. ఆయన తొంభై ఐదేళ్ళ వయోవృద్ధుడైన గొప్ప విరాగి. నిరంతరం భక్తిపారవశ్యంలో మునిగి ఉండేవాడు. ఆలయంలో దైవనివేదన పూర్తి అయిన తరువాతగాని ఆయన ఏ ఆహారం పుచ్చుకొనేవాడు కాడు. ఇలా ఉండగా ఆయన తీవ్ర వ్యాధికి గురైనాడు. ఆయనకు ఒక ఔషధం ఇవ్వాలనుకొన్నాను; కాని ఆయన పుచ్చుకోడే! ఆయన నియమం ఎరిగిన వాడిని కనుక కాసిని పాలు జగన్నాథునికి నివేదన చేయమని ఆలయ పూజారికి

చెప్పి, ఒప్పించి ఆ పాలలో ఔషధం కలిపి రంగస్వామికి ఇచ్చాను. ఆయన దాన్ని భగవత్ప్రసాదంగా భావించి స్వీకరించారు."

మతప్రచారకుడు, ప్రసిద్ధ రచయిత అయిన ఒక వ్యక్తిని గురించి ప్రస్తావన వచ్చింది. అప్పుడు స్వామి శివానంద ఇలా అన్నారు: ఆ సాంసారిక చింతనామగ్నుడైన వాడు మఠాన్ని గురించి, పారమార్థికతను గురించి చెప్పమంటే ఏం చెప్పగలడు? త్యాగవైరాగ్యాలకు ఆలవాలమైన జీవితాన్ని గడపని వ్యక్తి ఉపదేశకుడు కాలేడు. వైరాగ్యం, సంగరాహిత్యం ఆధ్యాత్మిక జీవనానికి ప్రప్రథమ నియమాలు. పాండిత్యం ఉన్నవాడు గ్రంథరచన చేయవచ్చు, ఉపన్యాసాలు దంచవచ్చు. తాను చేసే ఉపదేశాలను స్వయంగా తాను ఆచరణలో పెట్టనినాడు చెప్పే ఆ వచనాలకు విలువ ఏం ఉంటుంది? అవి ముమ్మాటికీ నిష్ప్రయోజనాలే. ఎందుకంటే అవి పరిశుద్ధ వాక్కులు కావు, అవి శక్తిహీనమైనవి. వాటి వల్ల ప్రజలకు కలిగేది ఆనందం కాదు, ఆవేశమే తాటాకు మంటలా భగ్గున అంటుకొని చప్పున చల్లారిపోతుంది.

"బ్రహ్మసమాజానికి కొద్దిమందే వెళుతూ ఉంటె, బేలూరు మఠానికి అనేకులు వెళుతున్నారని బ్రహ్మసమాజ

ప్రచారకుడొకడు గోడుగోడుమంటున్నాడని విన్నాను. అంతేకాదు జనాకర్షణకై యువతులైన గాయనీమణుల కచ్చేరీలు తమ సమాజంలో ఏర్పాటు చేయడం మంచిదని మరో వ్యక్తి సూచించాడట. ఈ సూచనలు విని శివనాథశాస్త్రి మహాశయుడు, 'అదంతా ఎందుకుగాని, బ్రహ్మసమాజస్థులు కనుక మరింత ధ్యాసతో బేలూరు మఠ సన్న్యాసుల త్యాగవైరాగ్యాలను తమ జీవితంలో కొంతమేరకన్నా ఆచరించగలిగితే, వారూ జనాన్ని ఆకర్షించవచ్చు' అన్నారట."

ఆ మాటలు విని స్వామి బ్రహ్మానంద ఇలా అన్నారు: శివనాథశాస్త్రి మహాశయుడు నిష్కపట హృదయుడు, సత్యసంధుడు, నిజమైన ముముక్షువు. ప్రస్తుతం భువనేశ్వరంలో వసిస్తూ, మంచి నియమనిష్ఠలలో మగ్నుడై ఉన్నాడు. ఆత్మప్రబోధం ఇంతకు పూర్వమే కొంత కలిగింది. ఎంతైనా శ్రీరామకృష్ణుల సంసర్గ భాగ్యాన్ని పొందిన వ్యక్తి కదా!

"బ్రహ్మసమాజంలోని మరో మహానాయకుడు విజయకృష్ణ గోస్వామి. ఆయనకూడ వైదొలగడం వలన ఆ సమాజానికి పెద్ద దెబ్బ కలిగింది."

అప్పుడు స్వామి శివానంద ఇలా అన్నారు: "ఒకరోజు స్వామీజీ (స్వామి వివేకానంద), స్వామి అఖండానంద, నేను గంగానది మీద పడవలో పయనిస్తున్నాం. అప్పుడు మహర్షి దేవేంద్రనాథ్ ఠాగూర్‌ను మెచ్చుకొంటూ స్వామీజీ ముచ్చటిస్తున్నారు. అంతలో హఠాత్తుగా మాకు కాస్త దూరంలో మహర్షి నావలో వెళుతూ కనిపించారు. గౌరవపురస్కారంగా ఆయన్ను మేం సమీపించాము. మేం శ్రీరామకృష్ణుల శిష్యులమని తెలియగానే ఆయన పట్టలేని ఆనందంతో, "ఆహా! శ్రీరామకృష్ణ గురుదేవులా! ఆయన ప్రేమ, మహత్తరమైన ప్రేమ అది. ఏం అఖండ భక్తి..." అనసాగారు. పిదప మహర్షి, స్వామీజీని ఉపనిషత్తుల నుండి కొన్ని భాగాలను పఠించమని కోరగా, స్వామీజీ పఠించారు. కాస్సేపు ఆలకించిన తరువాత ఇలా అన్నారు: "ఉపనిషత్తులలోని భక్తిరస ఘట్టాలు నాకెంతో నచ్చుతాయి. వాటిని నేనెంతో మెచ్చుకొంటాను. అద్వైత భావాలతో నాకు నిమిత్తం లేదు."

ఇలా కాస్సేపు ఏవో చర్చలు కొనసాగిన తరువాత స్వామి ప్రేమానంద ఇలా అన్నారు: శివనాథశాస్త్రి మహాశయుడుగాని, బ్రహ్మసమాజంలోని విద్యాధికులైన ఇతర జీవిత సభ్యులుగాని శ్రీరామకృష్ణులను దర్శించడానికి

వచ్చినప్పుడు ఆయన కేవలం పసిబాలునిలా, 'నాది నిజంగా మతిలేని వ్యక్తి స్థితి వంటిదా? భగవద్ధ్యానంలో మగ్నుడనై నేను పిచ్చివాడినే అయిపోయానా?' అని ఒక్కోసారి అడుగుతూ ఉండేవారు.

"గురుదేవులను నిజంగా పిచ్చివాడేనని భావించిన వారు కొందరు లేకపోలేదు" అంటూ అందుకు దృష్టాంతంగా ఇలా చెప్పారు:

రత్నాల వర్తకునికే రత్నం నిజమైన విలువ తెలుస్తుంది. ఒకప్పుడు ఒక పేదవానికి రత్నం ఒకటి దొరికిందట. దాని విలువ ఎంత ఉంటుందో అతడికి తెలియనందున, దాని వెల కట్టించడానికి కాయగూరల బజారుకు వెళ్ళాడు. అక్కడ కూరగాయల వ్యాపారి ఆ రత్నం చూసి, దానికి కిమ్మత్తుగా ఐదు వంకాయలు ఇస్తానన్నాడు. అప్పుడు ఆ పేదవాడు రత్నం విలువ ఐదు అణాలు అయివుంటుందని ఊహించి, 'ఐదు అణాల వంకాయలు ఇస్తావా?' అని అడిగాడు. వ్యాపారి ససేమిరా ఇవ్వనన్నాడు. ఆ పేదవాడు తరువాత రత్నాన్ని బియ్యం వ్యాపారికి చూపాడు. అతడు ఒక బస్తా బియ్యం ఇవ్వగలనన్నాడు. మన పేదవాడు నాలుగు బస్తాలిమ్మన్నాడు. బేరం కుదరలేదు. తదనంతరం ఒక

స్వర్ణకారునికి ఆ రత్నాన్ని చూపగా, అతడు వంద రూపాయలు ఇస్తానన్నాడు. దానితో పేదవాడికి మరింత ఆశ జనించడంతోపాటు, ఆ రాయి నిజంగానే విలువైనదై ఉంటుందన్న తెలివి కలిగింది. వెంటనే ఆ రత్నాన్ని ఒక నగల వర్తకునికి చూపాడు; అతడు ఇరవైవేల రూపాయలు ఇస్తానన్నాడు. అంత పెద్ద మొత్తం కూడ ఆ పేదవానికి సంతృప్తికరంగా తోచక, ఆ పట్టణంలోని ప్రసిద్ధ రత్నాల వ్యాపారికి ఆ రత్నం చూపించాడు. ఆ రత్నాన్ని చూసీ చూడగానే ఆ రత్నాల వ్యాపారి ఠక్కున పది లక్షల రూపాయలిస్తానన్నాడు. చూశారా? లోకం పోకడ ఇట్లే ఉంటుంది. ఇంతకూ దీన్లోని సారాంశం ఏమిటంటె:

"సాధువుల యోగ్యతను నిర్ణయించడం మాటలా? అది వారిని అర్థం చేసుకొనే వారి శక్తి సామర్థ్యాలు, మేథాసంపత్తి మీద ఆధారపడి ఉంటుంది."

కొందరు శ్రీరామకృష్ణులను సాధుసత్తములన్నారు, మరి కొందరు ఆయన్ను పిచ్చివాని కింద జమకట్టారు. కాని ఎరుక ఉన్నవారు ఆయన్ను సాక్షాత్తు భగవదవతార మూర్తిగా స్వీకరించారు.



పరమాత్మకోసం పరితపించు

శిష్యుడు: శ్రీరామకృష్ణ గురుదేవులు లోకులను గురించి ఏమనుకొనేవారు? వినాలని మాకు ఎంతో కుతూహలంగా ఉంది, చెప్పండి స్వామీ!

స్వామి బ్రహ్మానంద : శ్రీరామకృష్ణులు సకల జీవరాసులను భగవత్స్వరూపులుగానే పరిగణించేవారు. శిష్యులపట్ల ఆయన అమిత వాత్సల్యం కలిగి ఉండేవారు. ఒకసారి స్వామి వివేకానంద ఆయనతో, 'గురుదేవా! మమ్ములనందరినీ మీరు ఇంతగా ప్రేమిస్తున్నారు కదా! ఈ ప్రేమపాశం కారణంగా మీకు జడభరతుని[1] స్థితి ఏర్పడుతుందేమో!' అన్నారు.

అందుకు జవాబుగా శ్రీరామకృష్ణులు ఇలా అన్నారు: "నిజమే పాకృతిక విషయాన్ని గురించి, ఐహిక విషయాన్ని

1. జడ భరతుడు రాజై ఉండీ తన పెంపుడు జింకపట్ల ప్రేమపాశబద్ధుడైన కారణంగా మరుజన్మలో స్వయంగా జింకగా జన్మనెత్తినట్లు భాగవత కథ తెలుపుతున్నది. 'యద్భావం తద్భవతి' అన్నట్లు దేనిపట్లా అంతటి మమకారం ఉండకూడదు.

గురించి చింతనాసక్తుడయ్యే వాడికి అట్టి గతే పడుతుంది. కాని, నేను దేహిలో ఉన్న దేవుణ్ణి మాత్రం చూసే వాడినని తెలుసుకోండి. ఎదురుగా ఉన్న వ్యక్తులు స్త్రీలుగాని, పురుషులుగాని, నాకు అందరిలోను కానవచ్చేది ఆ పరమాత్మ ఒక్కడే. దృష్టి మారే ప్రమాదం ఉందని తోస్తే వెంటనే ఆ భావననే విసర్జిస్తాను."

శ్రీరామకృష్ణులు తన బాల శిష్యులకు సన్న్యాస బోధలు తలకెక్కిస్తున్నారని లోకులు కొందరు ఆయన్ను గురించి లేనిపోని విమర్శలు చేశారు. ఆ విమర్శలు ఆయన చెవిన పడినప్పుడు ఆయన ఇలా జవాబిచ్చేవారు: "ఎవరైనా సంసారులై ఉండటంలో నాకేమాత్రం ఆక్షేపణ లేదు. అదీగాక సన్న్యాసం స్వీకరించమనీ, కామినీకాంచనాలను పరిత్యజించమనీ అయినవారికి కానివారికి బోధించడం నా పని కాదు. తమకంటూ ఆత్మజ్ఞానం కొద్దోగొప్పో జనించిన వారికి మాత్రమే సన్న్యాసాన్ని గురించి తెలుపుతాను. ఈ యువకులు ముందుగా వివేక వైరాగ్యాలను అలవరచుకొని ఆ తరువాత ఇష్టపడితే గృహస్థులుగా ఉండిపోవచ్చునన్నదే నా అభిప్రాయం, అభిమతమూను."

తమ వద్దకు వచ్చేవారందరికీ ఆయన ఈ తీరులోనే చెప్పేవారు. 'మొదట సంసారంలో దిగండి; సంసారానుభవం



గడించి, దాన్లో ఒడుదుడుకులు ఎదురై మీకు కష్టం కలిగినప్పుడు నివారణోపాయం కోసం నా వద్దకు రండి, అంటూ ఉండేవారు. అందరి మనస్తత్వాలు అవగతం చేసుకొని, వారికి సరిపడిన రీతిలో ఉపదేశించేవారు.

స్వామి తురీయానంద చిన్నవాడుగా ఉన్న రోజుల్లో, కామచింతనలను విడిచిపెట్టడం ఎలాగని ఒకసారి శ్రీరామకృష్ణులను అడిగాడు. అందుకు ఆయన, "కామాన్ని విడిచిపెట్టడమా? ఎందుకు విడిచిపెట్టాలి? విడిచిపెట్టడానికి బదులుగా దాన్ని పెంపొందించుకోవాలి" అన్నారు.

ఇదేం చిత్రమైన ఉపదేశం? ఆ శిష్యునికి ఈ ఉపదేశం వింతగా తోచింది. అయినా ఏమీ మాట్లాడలేదు. అప్పుడు గురుదేవులు, "నీ కామచింతనలను, కామ క్రోధాదులనన్నిటిని భగవంతుని వైపు మరలించు"[1] అన్నారు తాపీగా.

---

1. తదర్పితాఖిలాచారః సన్ కామక్రోధాభి మానాదికం
   తస్మిన్నేవ కరణీయమ్. – నారదభక్తి సూత్రాలు, 65.

శా. కామోత్కంఠత గోపికల్ భయమునం గంసుండు వైర క్రియా
సామగ్రిన్ శిశుపాలముఖ్యనృపతుల్ సంబంధులై వృష్ణులున్
బ్రేమన్ మీరలు భక్తి నేము నిదె చక్రిం గంటి మెట్లైన ను
ద్దామ ధ్యానగరిష్ఠుఁడైన హరిఁ జెందన్వచ్చు ధాత్రీశ్వరా!
– శ్రీమదాంధ్ర మహాభాగవతము, సప్తమస్కంధం – 18

→



పవిత్ర ప్రేమతో పొందలేనిదంటూ ఏదీ లేదు; సర్వం సిద్ధిస్తుంది. భగవంతుని గురించి నువ్వు ఎంతగా పరితపిస్తావో, ఆయన నీకంత సన్నిహితుడౌతాడు.

శ్రీరామకృష్ణుల మనస్తత్వం అంత తేలికగా బోధపడదు. దాన్లో అనేక భావనలు. ఆయన ఆలోచనా సరళియే వేరు. జ్ఞానబోధ చేసేటప్పుడు ఆయన శుద్ధ బ్రహ్మజ్ఞానిగా ప్రసంగించేవారు. భక్తిప్రేమల గురించి ప్రసంగిస్తూ ఉన్నప్పుడు మహాభక్తునిగా, శుద్ధప్రేమిగా కనిపించేవారు. కేవలం లౌకిక జ్ఞానం నిస్సారమని, మిథ్యాభూతమని, ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానాన్ని, భగవంతుని ప్రేమానురాగాలను పొందడానికి మానవుడు కఠోరంగా శ్రమించాలని ఆయన మా మనస్సులకు హత్తుకుపోయేటట్లు ఎంతో విశదంగా తెలిపేవారు.

శిష్యుడు : స్వామీ! గురుదేవుల సమాధి స్థితిని గురించి తెలుసుకోవాలని ఉంది. దయచేసి సెలవివ్వండి.

→

ఆ. అలుకనైనఁ జెలిమి నైనఁ గామంబున,
నైన బాంధవమున నైన భీతి
నైనఁ దగిలి తలఁప నఖిలాత్ముఁడగు హరిఁ,
జేరవచ్చు వేఱు సేయఁ దతఁడు.
– శ్రీమదాంధ్ర మహాభాగవతము, సప్తమస్కంధం – 14

స్వామి : శ్రీరామకృష్ణుల సమాధి స్థితులు పలురకాలుగా ఉండేవి. కొన్ని స్థితులలో ఆయన దేహం బిర్రబిగిసి కొయ్యబారిపోయేది. ఆ స్థితిలో ఉన్నప్పుడు కూడ సాధారణమైన బాహ్యస్పృహను ఆయన కలిగే ఉండేవారు. కాని సమాధి ప్రగాఢమై ఉన్న ఇతర సమయాలలో మాత్రం బాహ్యచైతన్యం కలిగేందుకు చాలసేపు పడుతూ ఉండేది. అలాటప్పుడు ఆయన అగాధంలో మునిగి బయటకు వచ్చినట్లు దీర్ఘంగా నిట్టూర్చేవారు. ఆ తరువాత కాస్సేపటికి తెప్పరిల్లి ఆయన తూలుతూ, మద్యపానమత్తునిలా ఉండేవారు. ఆ సమయంలో ఆయన మాటలు కూడ ముద్దగా అలికేసినట్లు అస్పష్టంగా ఉండేవి. పిదప క్రమంగా మామూలు స్థితికి వచ్చేవారు.

నువ్వు చేసే ప్రసంగాలలోను, ఉపన్యాసాలలోను శ్రీరామకృష్ణుల ఉపదేశాలను ఉదహరిస్తూ ఉండు. వాటిలో వేద శాస్త్రంలోని మహత్తర విషయ సారం యావత్తు ఇమిడి ఉంది. విషయ వివరణకు అవి నీకెంతో ఉపకరిస్తాయి.

శ్రీరామకృష్ణులు కపటం, బూటకాలను ఏవగించుకొనేవారు. మనస్ఫూర్తిగా భగవంతుని ప్రేమించే వారిని, పూజించే వారిని ఆయన ఎంతో ఇష్టపడేవారు. మనస్ఫూర్తిగా భగవంతుని ఆరాధించేవారే సత్వరం దోషవిముక్తులు కాగలరని ఆయన వక్కాణించేవారు.

గురుదేవులకు ఎన్నో రాత్రులు సమాధి స్థితులతోనో, భగవన్నామ సంకీర్తనతోనో, స్తోత్రగానాలతోనో గడిచిపోయేవి. ఆయన ఎన్నడో కాని రాత్రి ఒక్క గంటకంటె ఎక్కువసేపు నిద్రించేవారు కారు. గంటకంటె ఎక్కువ సేపు సమాధి స్థితిలో మగ్నులై ఉండిపోవడం తరచు కనబడేది. ఒక్కోసారి మాతో మాట్లాడాలని ప్రయత్నించేవారు కాని మాటలు పెగిలేవి కావు. ఆ తరువాత, "చూశారా! సమాధి స్థితిలో ఉండగా మీతో మాట్లాడాలని అనుకొంటానుగాని, అలా ప్రయత్నించినప్పుడల్లా నాకు వాగ్బంధనం ఏర్పడుతోంది" అనేవారు. సమాధిస్థితి నుంచి సాధారణ జాగ్రదావస్థకు చేరుకొనే మధ్యలో ఎవరో అదృశ్య వ్యక్తితో సంభాషిస్తున్నట్లుగా గొణుగుతూ ఉండేవారు.

"భగవంతుని చూడాలని మీరు ఎంతగానో పరితపించాలి సుమా" అంటూ ఈ కథ చెప్పేవారు:

ఒకప్పుడు ఒక సాధకుడు తన గురువును భగవత్ప్రాప్తికి మార్గం చూపించమని అడిగాడు. అప్పుడు గురువు ఆ శిష్యుని చెయ్యి పుచ్చుకొని ఒక నది వద్దకు తీసుకుపోయాడు. అతడి తలపట్టుకొని నీటముంచి అట్లే ఉండమన్నాడు. కాస్సేపయ్యేసరికి శిష్యుడికి ఊపిరాడక నోరుతెరిచి గిజగిజ కొట్టుమిట్టాడుతూ నీళ్ళలో నుంచి

బయటకు వచ్చాడు. గురువు చర్యకు విస్తుపోతూ అట్లే నిలబడ్డాడు. అప్పుడు గురువు నవ్వుతూ, "నీళ్ళలో తలను ముంచి ఉంచినప్పుడు ఎలా ఉంది?" అని అడిగాడు.

"అయ్యా! ఏం చెప్పను? ఊపిరందలేదు. ఉక్కిరి బిక్కిరై గిలగిల కొట్టుకుపోయాను" అన్నాడు ఇంకా తేరుకోని శిష్యుడు.

ఆ జవాబు విని గురువు, "అలాగా, మంచిదే, ఊపిరి కోసం నువ్వు ఎంతగా పరితపించావో అదే రీతిలో భగవంతుని కోసం పరితపించావంటె తప్పకుండా ఆయన దర్శనం నీకు కలుగుతుంది" అని ఉపదేశించాడు.

నవయౌవన దశలో ఉన్నప్పుడు స్వామి వివేకానంద శ్రీరామకృష్ణుల సన్నిధికి వచ్చినప్పుడు తరచు ఆయనతో వాదిస్తూ ఉండేవాడు. అప్పటికి స్వామీజీకి నిరాకారోపాసన మీదే నమ్మకం ఉండేది. శ్రీరామకృష్ణులు తెలిపే దివ్య దర్శనాదులు కేవలం ఆయనకు కలిగిన చిత్తభ్రాంతిగా స్వామీజీ కొట్టిపడేసేవారు. అంతే కాదు దేవతామూర్తులకు ప్రణమిల్లేందుకు దేవాలయానికి వెళ్ళే భక్తుల్ని కూడ స్వామీజీ నిందించేవారు, విమర్శించేవారు. గురుదేవుల శిష్యులలో ఎందరికో ఈ ప్రవర్తన రుచించకపోగా, స్వామీజీ వారి ఆగ్రహానికి గురి కావడమూ జరిగింది.

కాని గురుదేవులు ఎంత మాత్రం నొచ్చుకోలేదు. ఆయన నరేంద్రుణ్ణి ఎన్నడూ పల్లెత్తుమాట అనలేదు. స్వామి వివేకానంద పూర్వాశ్రమ నామం నరేంద్రుడు. "నరేన్‌కు నరేనే సాటి. అతడితో పోల్చదగినవారు ఎవ్వరు లేరు" అనే వారేగాని, గర్హించలేదు.

కాలక్రమంలో స్వామీజీకి శ్రీరామకృష్ణులు భగవంతుని సగుణ నిర్గుణాంశాలన్నిటి సాక్షాత్కారం కలిగించారు.

అప్పుడు స్వామీజీ, "సాకారునిగాగాని, నిరాకారునిగాగాని భగవంతుని నువ్వెలా భావించినా సరే, ఆయనలోనే నీ మనస్సును లగ్నం చెయ్యి. నిష్ఠ కలిగిన మనస్సుకే ఇష్టదైవం గోచరిస్తాడు" అనేవారు. అప్పుడే భగవత్ప్రాప్తి లభిస్తుందని వక్కాణించేవారు. ఎంతటి మార్పో, గమనించావా?

శిష్యుడు : స్వామీ! శ్రీరామకృష్ణులను దర్శించుకొన్న వారు భగవత్సాక్షాత్కారం పొందడానికి నియమనిష్ఠలు అవలంబించనక్కర్లేదని పలువురి అభిప్రాయం. ఆయన్ను ఎరిగి ఉంటేనే చాలు, అంటారు. శ్రీరామకృష్ణుల గృహస్థ శిష్యులలో ప్రముఖుడైన రామచంద్ర దత్తగారు కూడ ఈ అభిప్రాయంతోనే ఉన్నారు. అందుకు మీరేమంటారు?



స్వామి : రామచంద్ర దత్త విషయం వేరు. ఆయనకు ఆయనే సాటి. ఆయనది యథార్థమైన విశ్వాసం. ఆ విశ్వాసం క్రమంగా ఆయనలో గూడుకట్టుకొని స్థిరపడి పోయింది. అంతటి ప్రగాఢ విశ్వాసం ఉన్నవారు చాలా అరుదు. వారిని వేళ్ళమీద లెక్కించవచ్చు. కాని జనసామాన్య విషయంలో, అది హృదయం నుంచి వచ్చిన మాట కాదు. కేవలం నాలుక చివరి నుంచి వచ్చినది.

శిష్యుడు : మాతృదేవిని (శారదాదేవి) దర్శించుకొన్న వారు, సాధుసేవ చేసిన భక్తులు సైతం, తమ సాధనలను ఇక కొనసాగింపనక్కరలేదని భావిస్తున్నారు స్వామీ! అందుకు మీ జవాబు?

స్వామి : మాతృదేవిని దర్శించుకొన్నంత మాత్రం చేత, సాధుసేవ చేసినంత మాత్రం చేత సరిపోదు నాయనా! వివేక వైరాగ్యాలను అవలంబించి, ధ్యానాసక్త చిత్తుడవై జీవించడం అత్యవసరం. లక్ష్యసిద్ధికి సరైన మార్గం అదే. అదే నా జవాబు.



గురువు వాక్కే స్వామి వాక్కు

భగవద్భక్తిని సంతరించుకొని, భగవత్సాక్షాత్కారం పొందడమే మానవ జీవిత పరమావధి అన్నదే నీ జీవిత లక్ష్యం కావాలి. అది లేనినాడు నీ జీవితం నిరర్థకం, వట్టి బూటకం. ఆహారనిద్రాదులు మానవ జన్మకు పరమ ప్రయోజనాలు కావు. అవి కేవలం పశువుల స్వాభావిక లక్షణాలు.

మానవ దేహంలో భగవంతుడు ఒక ప్రత్యేక స్థానాన్ని పాదుగొలిపి విరాజిల్లుతున్నాడనే మహాతత్త్వాన్ని మనస్సులో పదిలపరచుకోవాలి.

యువకులందరూ నియమనిష్ఠలతో తమ జీవితాలను భగవత్ కైంకర్యంకోసం, భగవత్సేవలోనే జీవయాత్ర కొనసాగించే నిమిత్తం వలసిన సదుపాయాలను కల్పించాలనే సత్సంకల్పంతో ఈ మఠ నిర్మాణానికి స్వామీజీ (స్వామి వివేకానంద) తమ రక్తం ధారపోశారు.

భావి తరాల వారి జీవితాలను ఫలవంతం చేయాలనే ఆ మహనీయుడు విసుగు విరామం లేకుండా అవిరళ ప్రయత్నంతో శ్రమించి చివరకు తన ఆయుష్యునే అందుకై అర్పితం చేశారు. ఆయనది ఎంతటి నిస్వార్థ సేవ! మానవకోటి పట్ల ఆయనకు ఎంతటి అపారప్రేమ, వాత్సల్యాలు!

శ్రీరామకృష్ణుల అవతారతత్త్వం స్వామీజీ మూలంగానే లోకానికి వెల్లడి అయింది. ఆ ఇద్దరి వాక్కుల్లో బోధనల్లో వేర్పాటన్నది కానరాదు. జనసామాన్యుల బుద్ధికి శ్రీరామకృష్ణుల తత్త్వం అంత సులువుగా అవగతం కాదు. అందుచేతనే ఆయన ఉపదేశ సారాన్ని స్వామి వివేకానంద జనబాహుళ్యానికి అర్థమయ్యే తీరులో ప్రజావాణిలో పలికారు. కనుక వివేకానంద సాహిత్యాన్ని శ్రద్ధగా అధ్యయనం చేయడం కర్తవ్యంగా భావించాలి. అప్పుడే శ్రీరామకృష్ణుల తత్త్వంలోని పరమార్థాన్ని నువ్వు గ్రహించగలుగుతావు. ఈ ఉభయుల ఉపదేశాలను అధ్యయనం చేయాలి, మననం చేయాలి. వాటితోబాటు నియమ నిష్ఠలు పాటిస్తూ జపధ్యానాదులు అనుష్ఠించాలి.

ఇప్పుడు నువ్వు యువకుడవు. యౌవనమే జీవితంలో ఉత్కృష్ట దశ. మనస్సు, బుద్ధి పెడమార్గంలో పోకుండా,

సక్రమమైన మార్గంలో పోయేట్లు నియంత్రించవలసిన తరుణం. మనోనిగ్రహం సంతరించుకొంటే చాలు, నువ్విక దేనికీ భయపడనవసరం లేదు. మనస్సును కోర్కెల నుండి అరికట్టగలిగిన నాడు సాధకుడు సాధనా పథంలో నిరాటంకంగా పురోగమించడం తథ్యం. ఒకవేళ మనస్సు పెడదారిన పోవాలని ప్రయత్నిస్తే, అదను కనిపెట్టి తక్షణమే వివేకమనే కొరడాతో దాన్ని అదిలించి, దారి మరలించాలి సుమా!



ఆత్మపరీక్ష

శిష్యుడు : నేను సాధన చేస్తూ ఉన్నానే కాని నాకు జపతపాదులలో ఆసక్తి జనించడం లేదు, విశ్వాసం కుదరడం లేదు, స్వామీ! వాటిలో ఆసక్తి, విశ్వాసం కుదరాలంటే ఏం చేయాలి?

స్వామి : ఆసక్తి అన్నది ఉన్నట్టుండి ఎక్కడనుంచో ఊడిపడదు నాయనా! అందుకు ప్రయత్నం అవసరం, తీవ్రంగా ప్రయత్నించాలి. ఆసక్తి జనించడానికి నీ శక్తి సామర్థ్యాలను వినియోగించాలి. లౌకిక విషయాలనుంచి నీ దృష్టిని వినియోగించాలి. లౌకిక లంపటాలకై నీ శక్తిసామర్థ్యాలను వ్యర్థం చేయకూడదు. సాధకుడైన వ్యక్తి మనస్ఫూర్తిగా సాధన చేయాలి. భగవదేతర విషయాలను ఏమాత్రం మనస్సులో చొరనీయరాదు. సాధన కొనసాగించాలి, పురోగమించాలి. అప్పుడే మనోవికాసం కలుగుతుంది. అంతమాత్రంతో తృప్తి చెందరాదు. నీలో తీవ్రమైన, మిక్కుటమైన అసంతృప్తి పెల్లుబికాలి. 'నేను సాధించినది ఏం ఉంది? ఏమీ లేదు' అనే మథన ఉండాలి.

శ్రీరామకృష్ణులు కూడ జగజ్జననితో, "అమ్మా! జీవితంలో మరో రోజు గడచిపోయింది. కాని నిన్ను దర్శించలేకపోయాను తల్లీ!" అంటూ తీవ్రవ్యాకులతతో మొరపెట్టుకొనేవారట.

కాబట్టి నిత్యం మంచి పనుల కోసం ఎంత సమయం వినియోగించావో, నిరర్థకమైన వాటికోసం కాలాన్ని ఎంత వ్యర్థం చేశావో, ధ్యానంలో ఎంత సమయం గడిపావో, ప్రాలుమాలుతూ ఎంత వమ్ము చేశావో రాత్రి నిద్రపోయేముందు ఒక్కసారి సింహావలోకనం చేసుకోవాలి.

ధ్యానాన్ని, బ్రహ్మచర్య దీక్షను చేదోడుగా తీసుకొని మనస్సును పటిష్ఠం చేసుకోవాలి.

శ్రీమంతులు తమ దివాణాలకు కావలివారిని నియమించుకొంటారు. ఎందుకు? దొంగలు, పశువులు ఆవరణలోకి జొరబడకుండా చూసుకోడానికి. అట్లే మనిషికి కావలి మనస్సు. ఈ మనస్సు ఎంత దృఢమైతే అంత మంచిది. మనస్సన్నది నిజానికి తంటాలమారి గుర్రం లాంటిది. ఆ గుర్రం రౌతును పెడదారిన పట్టించగలదు. అలాంటప్పుడు రౌతు, చేత కళ్ళేలు బిగించి గుర్రం పెడదారిపట్టకుండా నిరోధించ గలిగినప్పుడే, తాను సరైన దారిలో పయనించ గలుగుతాడు. అవునా?

దీనికంతటికీ ముఖ్యం అభ్యాసం, అదే సాధన. సాధనతో ముందడుగు వెయ్యాలి. ఇల్లు అలకగానే పండగయ్యేనా? చెప్పు.

కాషాయాంబరాలు ధరించినంత మాత్రం చేత, ఇల్లూ వాకిలీ విడిచిపెట్టినంత మాత్రంచేత వైరాగ్యం ఊడిపడుతుందా? పొరబాటు. ఇంతవరకు అనుష్ఠించిన సాధనల వల్ల ఆధ్యాత్మికానుభూతి ఏ మేరకు నీలో కలిగింది? కాలం అనుక్షణం పరుగు తీస్తుంది కనుక క్షణం కూడ వృథా చెయ్యరాదు.

స్థిరచిత్తం లేకుండా, నిరాసక్తతతో ఇలా జపతపాదులు మహా అయితే మూడు నాలుగేళ్ళు చేస్తావు, అంతే. ఆ తరువాత వయస్సు పైబడేకొద్దీ శరీరదార్ఢ్యం సన్నగిల్లుతుంది, మనోబలం తగ్గుతుంది. కాబట్టి శ్రద్ధతో చెయ్యనిది ఏదీ సిద్ధించదని బాగా గుర్తుంచుకో.

మొదట మోక్షాసక్తి, భగవద్భక్తి, జపతపాలపై అనురక్తి ఉంటే చాలు, సాధన తరువాత చూసుకోవచ్చులే అనుకొంటే చాలదు. ఆశయం ఎంత ముఖ్యమో, ఆచరణా అంతకంటే ముఖ్యం అన్న విషయం మరచిపోకూడదు.

వేకువ కాకుండా పగటిని చూడగలమా? చూడలేము. ఈ ప్రేమ, శ్రద్ధాభక్తులు అనేవి భగవంతుని

పరివారం కదా! నియమనిష్ఠలు తపస్సాధనలు లేకుండా ఏదీ సిద్ధించదు. శ్రమించకుండా ఎవ్వరూ దేన్నీ సాధించలేరు! భగవత్సాక్షాత్కారం పొందడానికి అవతారపురుషులు సైతం ఎంతటి కఠోర తపస్సు చేయవలసి వచ్చిందో లోకవిదితమే కదా! బుద్ధుడు, ఆదిశంకరుడు ప్రభృతులు తమ జీవితంలో ఎంతటి కఠోర నియమాలను పాటించారు! వారిది ఎంతటి మహోన్నత వైరాగ్యం!

అందుకే ప్రారంభంలోనే లక్ష్యం కుదరదు, క్రమక్రమంగా తప్ప అంటున్నాను. అనుభూతి కలగాలి. విశ్వాసం ఏర్పడాలి. సాధకునిది గుడ్డినమ్మకంగా తోచవచ్చు. కాని గురూపదేశాన్ని గాని లేదా మహనీయుల బోధనలనుగాని ఆలంబనగా చేసుకొని ముందంజ వేయడం నేర్వాలి.

ముత్తెపు చిప్పను ఉదహరిస్తూ శ్రీరామకృష్ణులు ఇలా అనేవారు: స్వాతి వానచినుకు కోసం సముద్ర ఉపరితలంపై ముత్యపు చిప్ప విచ్చుకొని తేలుతూ ఉంటుంది. దాన్లో చినుకు పడగానే అది దాన్ని పదిలంగా సముద్ర గర్భంలోకి తీసుకునిపోయి చక్కని ముత్యంగా మలచుకొంటుంది. అట్లే గురుకృప అనే వానచినుకు నీకు లభించినప్పుడు

ముత్తెపుచిప్పలా నువ్వూ ఆనందసాగరంలో మునిగి బ్రహ్మసాక్షాత్కారమనే ముత్యాన్ని సంతరించుకోగలవు.

అందుకు ముఖ్యంగా ఆత్మ విశ్వాసం కలిగి ఉండాలి. తీవ్రంగా ప్రయత్నించాలి. ప్రయత్నం లేకుండా ఆధ్యాత్మిక జీవితంలో విజయం సాధించలేవు. తీరైన నిష్ఠను చేపట్టి, సాధనను అనుష్ఠించాలి. కనీసం మూడు నాలుగేళ్ళపాటు అయినా కృషి చేయాలి. అంత సాధనానుష్ఠానం చేసినా నీకు ప్రత్యక్షంగా ఎలాంటి అనుభూతి, ఆనందం కలుగకుంటె, అలా బోధించినందుకు వచ్చి నన్ను నిందించు.

రజో, తమోగుణాలను దాటి సత్త్వగుణాన్ని అలవరచుకొని నిష్ఠాపరుడవు కానిదే, జపధ్యానాలు సాధ్యం కావు. ఆ తరువాత సత్త్వగుణానికీ అతీతుడవై పునరావృత్తి రహితమైన తురీయావస్థకు చేరుకోవాలి.

మానవజన్మ ఎంతో పావనమైంది. ఎంతో సుకృతం ఉంటేగాని మానవజన్మ లభించదు. మానవుడు ఒక్కడే పరమాత్మను దర్శించగలడు. భగవత్సాక్షాత్కారం పొందడమే మానవజన్మకు పరమ లక్ష్యం కావాలి. ఆ పరమాత్మ దివ్యదర్శనం నిమిత్తం తిరుగులేని ప్రయత్నం చేసి ఈ జన్మలోనే తరించాలి.

స్థూలావస్థ నుండి సూక్ష్మావస్థను, అక్కడ నుండి కారణావస్థను, పిదప అంతకు మించిన మహాకారణావస్థను, చివరకు సమాధి స్థితిని పొందేటట్లు మనస్సును పరిపక్వం చేసుకోవాలి. భగవంతునికి పరిపూర్ణంగా ఆత్మార్పణం గావించుకోవాలి. భగవంతుడే సర్వం. 'సర్వం ఖల్విదం బ్రహ్మం' – సకలమూ ఆ బ్రహ్మమే, అంతా ఆయనదే అనుకోవాలి. లాభనష్టాల గురించి లేనిపోని బేరీజులు వేస్తూ కూర్చోరాదు. అపోహలు పెంచుకోరాదు, తటపటాయించరాదు. పటిష్ఠమైన, నిర్దిష్టమైన సాధనను అనుష్ఠించాలి. సాధనలు అనుష్ఠించకుండా అనుకోగానే ఆత్మార్పణం చేయడం సాధ్యం కాదు నాయనా! అదే సాధ్యమైతే సర్వం సిద్ధించినట్లే. కనుక అందుకు వలసినంత ప్రయత్నం చేయాలి. మానవుడి ఆయుష్యు మహా అయితే నూరేళ్ళు. సార్థకమైన జీవితాన్ని శాశ్వతమైన ఆనందాన్ని పొందగోరితే ఈ లౌకికమైన, అస్థిరమైన నూరేళ్ళ సుఖభోగాలకు స్వస్తి చెప్పాలి.



భగవంతుడు ఉన్నాడు

స్వామి : సర్వదా భగవంతుని పాదపద్మాలనే ఆశ్రయించు; ఎలాంటి పరిస్థితుల్లోను వాటిని వీడకు. భగవన్నామాన్ని సదా జపిస్తూ ఉండు. లౌకిక వ్యవహారాల్లో పడి నీ అమూల్యమైన సమయాన్ని వ్యర్థం చేయకు. ఇతర విషయాల నుంచి నీ మనస్సును నియంత్రించి, భగవంతునిపై లగ్నం చేయడానికి ప్రయత్నించు, తీవ్రంగా ప్రయత్నించు. ఆధ్యాత్మిక జీవనంలో, తదనుభూతిలో ఎంత ఆనందం నిక్షిప్తమై ఉందో, మహత్తు ఉందో అప్పుడు గాని నీకు బోధపడదు.

ఈ జన్మలోనే, అంటే ఈ జీవితంలోనే మాయకు అతీతుడవైపోవాలి. ఆధ్యాత్మిక సాధనానుష్ఠానాలకు పూనుకొంటేనేగాని, ఆత్మనిష్ఠను పాటిస్తేనేగాని మాయను అతిక్రమించడం సాధ్యం కాదు. అందుకు ముఖ్యంగా కావలసింది విశ్వాసం, పరిపూర్ణ విశ్వాసం. ఎలాంటి సంశయాన్నీ మనస్సులో చొరనీయరాదు.

శిష్యుడు : ఒకవేళ సంశయం కలిగితే?

స్వామి : ఆత్మసాక్షాత్కారం పొందనంత వరకు మనస్సును అనేక సంశయాలు తొలుస్తూనే ఉంటాయి. అలా సంశయాలు తలఎత్తినప్పుడే భగవంతుని 'సర్వం నువ్వే' అంటూ శరణువేడాలి. ఇలా సమాధానపరచుకోవాలి.

'భగవంతుడు ఉన్నాడు. నా మనస్సు మలినంగా ఉన్నందుననే భగవంతుని దర్శించలేకపోతున్నాను. ఆయన నన్ను అనుగ్రహించిన నాడు, నా మనస్సు పరిశుద్ధమై తీరుతుంది. అప్పుడు నేనా పరంధాముని దర్శించే అదృష్టానికి నోచుకొంటాను.'

భగవంతుడు మనోబుద్ధులకు అతీతుడు. నీకు కనిపించే ఈ బాహ్యప్రపంచం యావత్తు కల్పితమైనది. కళ్ళ ముందు కనబడే ప్రపంచం మాత్రమే మనిషి మనస్సుకు అవగతమౌతుంది. ఆ మనస్సుకు ఉన్న శక్తి అంతవరకే పరిమితం. అన్నిటికీ కర్త మనస్సే, ఆ పరిధిని అది దాటిపోలేదు, అధిగమించలేదు. కాని మనిషి హృదయం వెనుక సూక్ష్మరూపంలో మరో హృదయం ఉంది. అదే మూలాధారం.

జపధ్యానాదుల వలనా, ప్రార్థనల చేతా హృదయ వికాసం కలుగుతుంది. దానివలన ఒక నూతన దృష్టి, దివ్యదృష్టి, అంటె జ్ఞానదృష్టి జనిస్తుంది. అప్పుడు సాధకుడు అనేక ఆధ్యాత్మిక రహస్యాలను ఆవిష్కరించుకో గలుగుతాడు. అంతమాత్రాన లక్ష్యం సిద్ధించినట్లు భావించరాదు. బీజరూపంలో ఉన్న సూక్ష్మ అంతఃకరణానికి భగవంతుని దర్శించగలిగినంత శక్తిలేదు. అది మానవుణ్ణి భగవంతునికి సన్నిహితుణ్ణి చేస్తుంది. అంతే. ఆ స్థితిని చేరుకొన్నప్పుడు మనిషికి ప్రపంచం యావత్తు నిస్సారంగా కానవస్తుంది. ఇక ఇప్పుడతడి మనస్సు భగవచ్చింతనలో లగ్నమైపోతుంది.

తరువాత స్థితి సమాధి స్థితి. ఆ స్థితిలో కలిగే అనుభవం, ఆనందం వర్ణనాతీతం; మాటల్లో చెప్పలేనిది, అనుభవైకవేద్యమే. ఈ దివ్యానుభూతిలో సుఖదుఃఖాలు గాని, చీకటి వెలుగులు గాని ఉండవు. సమస్తం భగవత్స్వరూపంగానే గోచరిస్తుంది. అది అనిర్వచనీయం.

శిష్యుడు : అయితే మా సాంసారిక విధులను మేము ఎలా నిర్వర్తించాలి స్వామీ?

స్వామి : కర్తవ్య దృక్పథంతో నిర్వర్తించాలి. మనిషి భగవంతుని చేతిలోని ఒక ఉపకరణం మాత్రమే అన్న

సంగతి నిరంతరం గుర్తుంచుకోవాలి. అన్నిటికీ భగవంతుడే కర్త, నువ్వు నిమిత్తమాత్రుడవు అన్న సంగతి నీ హృదయంలో పాదుకోవాలి. నీ మనస్సు సదా ఆ సచ్చిదానంద స్వరూపునిపై కేంద్రీకృతమై ఉండాలి.

ఐహిక కార్యకలాపాలలో మునిగిపోయి నువ్వు నీ మనస్సును భగవంతుని మీద లగ్నం చేయలేకపోవచ్చు; నీలో అహంకారం తలెత్తవచ్చు; అపజయం ఎదురు కావచ్చు. అయినా అధైర్యం చెందకూడదు, పట్టువీడరాదు, ఆత్మవిశ్వాసాన్ని కోల్పోరాదు, బెంబేలు పడకూడదు. మరింతగా ప్రయత్నం చేయాలి. ఎన్నిసార్లయినా సరే ప్రయత్నాన్ని కొనసాగిస్తూనే ఉండాలి. 'హతోవా జిత్వావా' – అన్నట్లు మరణమో, జయమో తేల్చుకోవాలి అంతే.

ఈ జన్మలోనే భగవత్సాక్షాత్కారం పొందాలి అన్నదే నీకు మూలమంత్రం కావాలి. 'భగవత్ప్రాప్తికి తోడ్పడని శరీరం, మనస్సు ఉండి ఏం ప్రయోజనం?' అన్న భావన రావాలి. ఒకవేళ లక్ష్యం సిద్ధించకుండానే, ప్రయత్నంలో ఉండగానే మరణం సంభవిస్తే! ఇక దాన్ని గురించిన ఆలోచన అసంగతం, అప్రస్తుతం.



భగవత్ప్రాప్తికి మార్గాలు

శిష్యుడు : స్వామీ! లక్ష్మీనారాయణాది దేవతామూర్తులు పురాణ కల్పితాలా? యథార్థాలా? పూజాది కర్మకాండ పట్ల నా భావన ఏ రీతిలో ఉండాలో సెలవియ్యండి.

స్వామి : ఈ దేవతామూర్తులన్నీ కూడ ఒకే పరతత్త్వానికి చెందిన వివిధ తేజోరూపాలే నాయనా! మానవులు తమ తమ మనోభావాలను బట్టి భగవంతుని అనేక రీతుల్లో ఉపాసిస్తూ ఉన్నారు. విభిన్న మనోప్రవృత్తులను సంతృప్తి పరచడానికి, భగవత్ప్రాప్తికి వేదశాస్త్రాలు నాలుగు ప్రధాన మార్గాలను సూచిస్తున్నాయి.

ఆ మార్గాలలో ఒకటి కర్మకలాప సంబంధమైన ఉపాసనామార్గం. భగవంతుణ్ణి విగ్రహరూపంలోగాని, చిత్రపటం రూపంలోగాని ఆరాధించడం.

జపం, ప్రార్థనల ద్వారా దైవారాధన చేయడం ఇంకా ఉత్కృష్టమైనది. సాధకుడు తన ఇష్టదేవతా స్వరూపాన్ని

ధ్యానించడం, ప్రార్థించడం, జపించడం అన్నమాట. వీటన్నిటికంటె విశిష్టమైనది ధ్యానమార్గం.

'ధ్యానంచ తైలధారావదవిచ్ఛిన్న స్మృతి సంధాన రూపమ్' - అంటె ఒక పాత్రనుంచి మరొక పాత్రలోకి ఏకధారగా పోసే చమురులా ఇష్టదైవాన్ని గురించిన ఎడతెగని భావపరంపరా ప్రవాహమే ధ్యానం. ఈ రకమైన ఉపాసనా పద్ధతిని అవలంబించినప్పుడు సాధకుడు ఇష్టదేవతా సందర్శనలాలసుడై భావనాప్రవాహంలో మునిగిపోతాడు. అప్పుడిక ప్రార్థనకుగాని, జపానికిగాని అవకాశం ఉండదు. కాని తాను వేరు, భగవంతుడు వేరు అంటే 'నువ్వు, నేను' అనే ద్వైత భావాన్ని కలిగి ఉంటాడు.



గురుకృప

స్వామి : నేడు అనేకులు తమ జీవితాన్ని దేశ సేవకు, మానవ సేవకు అర్పించాలని భావిస్తున్నారు. ఆధునిక విద్యాప్రభావం చేతనే ఈ భావన దేశీయుల మెదడుల్లోకి జొరబడిందేమోనని నా నమ్మకం. సహృదయుడు, సద్వర్తనుడు అయివుంటేగాని ఇతరులకు మేలు ఒనరించలేడు. భగవంతుని శరణుపొంది, భగవత్కృపా పాత్రుడైన వాడెన్నడూ తప్పటడుగు వెయ్యలేడు. అలాంటి వ్యక్తుల జీవితమే లోకకల్యాణానికి వినియోగపడుతుంది. అతడి ప్రతి చర్యా, ప్రతి మాటా, అంతదాకా ఎందుకు అతడి జీవిత విధానమే లోకుల క్షేమానికే వినియోగపడుతుందనడం తథ్యం.

మొదట మూలస్తంభాన్ని పుచ్చుకోమనేవారు శ్రీరామకృష్ణులు. అంటే ఈ దుర్లభమైన మానవ జన్మను ప్రసాదించిన ఆ సర్వేశ్వరుని సాక్షాత్కారం పొందమని భావం. మాధవునిలో ప్రగాఢ విశ్వాసం అలవరచుకొని



మానవసేవ ఒనరించు. భగవత్ప్రేరణ జనించి, తాను కేవలం నిమిత్తమాత్రుడననే భావన కలిగితే తనకూ శాంతి, తనవల్ల ఇతరులకూ శాంతిని చేకూర్చినవాడు కాగలుగుతాడు.

'తన అనుంగు బిడ్డలైన భక్తుల హృదయసీమలో భగవంతుడు విరాజిల్లుతూ ఉంటాడు' అనేవారు శ్రీరామకృష్ణులు. కనుక మన హృదయం పరిశుద్ధంగా ఉండాలి. పరిశుద్ధ హృదయమే భగవన్నిలయం. అపవిత్రమైన హృదయానికి భగవంతుడు సుదూరంలో ఉంటాడు. మన హృదయం మాలిన్యరహితమై, అద్దంలా స్వచ్ఛంగా మెరుస్తూ, పూర్వవాసనలన్నీ తొలగిపోతేనే, భగవంతునికి అది నివాసయోగ్యం అవుతుంది. అప్పుడే భక్తునికి భగవత్సాక్షాత్కారం కలుగుతుంది, నాయనా!

మనస్సు నిర్మలంగా ఉన్నప్పుడే భగవద్రూపం విస్పష్టంగా గోచరిస్తుంది; అద్దం కనుక మలినంగా ఉంటే ప్రతిబింబం కనబడుతుందా? ఆ అద్దం అసలు దేనినీ ప్రతిబింబింప చేయలేదు కదా! అట్లే హృదయం మలినమైనప్పుడు భగవంతుని ప్రతిబింబం భాసించదు.

ఇప్పుడు మీరందరూ పిన్నవయస్కులు. మీలో ఏ మాలిన్యం సోకదు. కాబట్టి మీ హృదయ పీఠాన్ని

భగవన్నివాసానికి అనువుగా సంసిద్ధం చేయండి. అప్పుడు దాన్లో మరిదేనికీ స్థానం ఇవ్వరాదు.

మీరందరూ పరిశుద్ధులై, శాంతచిత్తులై ఉండండి. ఈ జన్మలోనే భగవత్సాక్షాత్కారం పొందండి. పవిత్ర గ్రంథాలను పఠించడం అలవరుచుకోండి. పనికిమాలిన పుస్తకాలు చదువుతూ కాలాన్ని వృథా చేసుకోకండి. భగవంతునిపట్ల భక్తి విశ్వాసాలు ప్రేరేపించని గ్రంథాలు నిరుపయోగం. అవి పాండిత్య పటాటోపానికి మాత్రమే తగును. నాయనా! దుర్లభమైన ఈ మానవ జన్మను ధన్యం చేసుకోవాలనే తలంపే ఉంటే, ఆత్మోన్నతిని పొందాలనుకొంటే భగవన్నామాన్ని ఆశ్రయించు. ధ్యానసాగరంలో మునిగిపో, ఉత్తినే పైపైనే తేలుతూ ఉండిపోక, అట్టడుగుదాకా రత్నాకరంలో మునిగితేగాని దాన్లోని రత్నాలు చేజిక్కవు సుమా! 'సంగరాహిత్యమే' మానవ జీవిత ఆదర్శమని చాటిచెప్పడానికే శ్రీరామకృష్ణులు ఈ యుగంలో అవతరించారు.

మనిషి విషయ సుఖాల వెంట పరుగులు పెడుతూ పశుప్రాయుడైపోతున్నాడు. నీ జీవితాన్ని సార్థకం చేసుకోదలిస్తే, భగవంతుని ఆశ్రయించు. క్షణికమైన ఈ విషయ సుఖాలను విడిచిపెట్టి నీ జన్మహక్కు అయిన శాశ్వతానందాన్ని సముపార్జించుకో.

విడిచిపెట్టు, ఈ సంసార మోహాన్ని విడిచిపెట్టు. భగవత్ప్రాప్తికోసం సమస్తం విడిచిపెట్టవలసిందే.

త్వమేవ మాతాచ పితా త్వమేవ
త్వమేవ బంధుశ్చ సఖా త్వమేవ
త్వమేవ విద్యా ద్రవిణం త్వమేవ
త్వమేవ సర్వం మమ దేవదేవ

నువ్వే తల్లివి, నువ్వే తండ్రివి, నువ్వే నా సఖునివి, బంధువు, నువ్వే నాకు సర్వస్వం అని హృదయపూర్వకంగా భావన చేయాలి.

తుచ్ఛమైన లౌకిక భోగాల జోలికి పోక, భగవంతుణ్ణి ధ్యానిస్తూ ఆయన గుణాలను మననం చేస్తూ కాలం గడిపి మానవజన్మను ధన్యం చేసుకోవడంలోనే నిజమైన సౌఖ్యం ఉంది నాయనా!

దుర్లభం త్రయమేవైత ద్దైవానుగ్రహహేతుకమ్ ।
మనుష్యత్వం ముముక్షుత్వం మహాపురుష సంశ్రయమ్ ॥

-వివేకచూడామణి

మనుష్యత్వం, ముముక్షుత్వం, మహాపురుష సంశ్రయం - భగవత్సాక్షాత్కారం పొందాలంటే ఈ మూడే ప్రధానమైన సాధనాలని తెలుసుకో.

భగవదనుగ్రహం చేత ఈ మూడు లభించాయి కనుక వీటిని సద్వినియోగం చేసి నీ జీవితం వ్యర్థం కాకుండా నిన్ను ఉద్ధరించుకోవాలి. తాత్కాలికమైన సుఖాలకై దేవులాడక, శాశ్వతానందంకోసం ప్రాకులాడు. మరో మానవజన్మలో మోక్షం దక్కవచ్చునేమోగాని నీకిప్పుడు లభించిన మహాపురుష సాంగత్యం మాత్రం లభ్యం కాకపోవచ్చు అనే సంగతి మాత్రం మరచిపోకు. ఇది మహాదుర్లభం, అనేక జన్మార్జిత పుణ్యఫలం. అనన్య సామాన్యమైన అదృష్టం. అందుకే శ్రీరామకృష్ణుల శిష్యబృందంలో చేరి ఆయన అండను పొందగలిగావు. కొరగాని పనులు చేస్తూ జీవితాన్ని వ్యర్థం చేసుకోకు నాయనా!

శ్రద్ధ! గురువు వచనాల మీద అత్యంత శ్రద్ధ కలిగి ఉంటే, నీకు సాధ్యం కానిది ఏదీ ఉండదు. గురువాక్యం పట్ల శ్రద్ధ లుప్తమైతే పరమార్థాన్ని సాధించలేవు. జీవితం నిష్ఫలమైపోతుంది. మార్జాల కిశోరం తల్లిని ఆశ్రయించినట్లు జీవి భగవంతుణ్ణి ఆశ్రయించాలి, అంటిపెట్టుకొని ఉండాలి. అలా ఆశ్రయించిన నాడు భగవంతుడే నీకు అండగా, తోడునీడగా ఉండి నిన్ను పరిరక్షిస్తాడు.

నీకున్న తెలివి జ్ఞానసాగరంలో ఎంత దూరం తోడ్కొని పోగలదో తెలియదు కనుక గురువు సాయం అవసరం. భగవంతుడు అవాఙ్మానసగోచరుడు కనుక భగవదనుగ్రహం పొందాలంటె గురువు సాయం ఉండే తీరాలి. ఆయన నీ బాధ్యతను స్వీకరిస్తాడు. తన అశేష ప్రజ్ఞతో నువ్వు భ్రాంతి ప్రమాదాలకు లోనుకాకుండా, నీ స్థితిగతులను అవగతం చేసుకొని నిన్ను కాపాడతాడు. జ్ఞాన సాధనలో గురువు నీ కంటె ఎంతో అధికుడు కనుక అటువంటి సద్గురుచరణాలను ఆశ్రయించిన వారికి ఎలాంటి అధోగతీ వాటిల్లదు.

ఆ దేవదేవుని జాడ తెలుసుకునే వరకు మానవుడు నానా రకాల భ్రాంతులకు, ప్రమాదాలకు గురికావలసి ఉంటుంది, ఎదుర్కోవలసి ఉంటుంది. అతడు కనుక సద్గురువు శరణు పొందితే చాలు, ప్రమాదాలకు గురికావలసి ఉండదు. 'తండ్రి బిడ్డ చెయ్యి పుచ్చుకొన్నప్పుడు బిడ్డ క్రిందపడిపోయే ప్రమాదం ఉండదు' అనేవారు శ్రీరామకృష్ణులు. తెలిసో తెలియకో నువ్వు తప్పులు చేసినా గురువు వాటిని సరిదిద్దుతాడు.

త్యాగం వల్లనే శాంతి చేకూరుతుంది. శ్రేయస్సిద్ధిని, శాంతిని పొందాలనుకొంటె వైరాగ్యం అవలంబించు.

భగవన్నిమిత్తం సర్వమూ త్యజించాలి సుమా! మనస్సు రాగద్వేషాధీనం అవుతూ ఉంటుంది. కాని మానవుడు దాన్ని నిగ్రహించగలగాలి. సంకల్పశక్తిని సంతరించుకొని, భగవంతుని నిమిత్తం సర్వమూ త్యజించి మనిషి నిస్సంగి, విరాగిగా మారితే తప్పక నారాయణుని దర్శించ గలుగుతాడా నాయనా!

సన్న్యాసానికి, కాషాయాంబరధారణకు నిజానికి ఎటువంటి సంబంధమూ లేదు. కావిగుడ్డలు కట్టినంత మాత్రాన కామినీ కాంచన త్యాగినని చెప్పనగునా? సన్న్యాసం, త్యాగం ఆడంబరార్థం కావని గుర్తుంచుకో. కించిత్తు స్వార్థం కూడ లేకుండా భగవంతునికి పూర్తిగా తనను అర్పించుకొన్నవాడే, ఆత్మార్పణ చేసుకొన్నవాడే నిజమైన సన్న్యాసి.

“సర్వేశ్వరా! ఈ నా దేహం, బుద్ధి సర్వం నీకు సమర్పించుకొంటున్నాను. ఇవన్నీ నువ్వే, వీటిని ఉపకరణాలుగా వినియోగించుకో” అంటూ సదా సర్వవేళలా భగవంతుని ప్రార్థించాలి.

“పరమేశ్వరా! నాకు శుభాశుభాలంటే ఎలాంటివో తెలియదు. నేను నీ వాణ్ణి. పాలముంచినా, నీటముంచినా నీదే భారం తండ్రీ!” అంటూ వేడుకోవాలి, సదా ఇట్లే

ఉండాలి నీ ప్రార్థన. భగవంతుడు తప్ప వేరే గతి లేదని భావించాలి.

మరో ముఖ్య విషయం గమనించాలి. భగవత్సాక్షాత్కారమే మానవ జీవిత పరమ లక్ష్యమని తెలుసుకొన్నావు కదా! జనం నిన్ను దూషించినా, గౌరవించినా, తృణీకరించినా, సముచిత స్థానం లభించినా లభించకున్నా, శరీరం ఉన్నా - శిథిలమైపోయినా నీ ఆదర్శాలను నియమనిష్ఠలను ఏమాత్రం విడిచిపెట్టరాదు సుమా! ఎట్లైనా ఈ జన్మలోనే భగవత్సాక్షాత్కారం పొందితీరాలనే దృఢనిశ్చయంతో ఉండాలి. నీ జీవితాన్ని ఈ తీరుగా మలచుకోగల శక్తిమంతుడవైతే, నువ్వు భగవాన్ శ్రీరామకృష్ణుల సంతతి అని నమ్ముతాను; సాధుసాంగత్యంలో నీ జన్మ పావనం చేసుకొన్నావని గ్రహిస్తాను.

మరో సంగతికూడ గమనించు. గురువు అంటె ఎవరు? బ్రహ్మజ్ఞాని. నీకే తెలుసు కదా! తనకే దారి తెలియనివాడు ఇతరులకు దారి చూపగలడా? కనుక గురువు సర్వవిదుడన్న విషయం గుర్తుంచుకోవాలి. మంత్రానికి ఎంతో మహిమ ఉంటుంది. కాని జ్ఞానహీనులు కొందరు స్వార్థపరులై మతం, ధర్మం పేరిట శ్రీరంగనీతులు

వల్లిస్తూ, బూటకపు గురువులై మంత్రోపదేశం చేస్తుంటారు. ఆ ఉపదేశాలకు బలం, శక్తి ఉండదు. అవి నీకు శాంతిని చేకూర్చలేవు, జ్ఞానాన్ని కలిగించేపాటి సమర్థత వాటికి ఉండవు.

శ్రీరామకృష్ణుల శిష్య, ప్రశిష్యుల సన్నిధికి వచ్చిన నువ్వు నిజంగా ధన్యుడవు నాయనా! శ్రద్ధాభక్తులు కలిగి, నిష్కపటి అయితే అతడు శ్రీరామకృష్ణుల అండను చేరవలసినవాడే సుమా! ఈ యుగంలో నిజమైన శాంతి లభించేది ఆ ఒక్క చోటనే.

శ్రీరామకృష్ణులు మహోన్నత ఆదర్శాలకు ప్రతిరూపం, శాశ్వతానందానికి సర్వాధికారి.

భగవంతుని ప్రాప్తించుకోవడానికి వలసిన వివిధ సాధనా మార్గాలు శ్రీరామకృష్ణుల శిష్యులకు కరతలామలకమే. నీ అదృష్టంకొద్దీ నీకు ఏ మార్గం ఉపదేశం ద్వారా నిర్దేశించారో, నువ్వు ఆ మార్గంలోనే పురోగమించు. మనసారా గురువును ప్రార్థించు. ఆయన భౌతికంగా ఉన్నా, లేకపోయినా కూడ నీకు మార్గం చూపుతాడు. నిజమైన గురువు శరీరం త్యజించిన పిదప కూడ తాను అదృశ్యంగా ఉండి తన శిష్యులను తరింప తోడునీడై ఉంటాడు నాయనా!

సాధనలు అనుష్ఠించు, తీవ్రంగా అనుష్ఠించు. సమస్త సంశయాలను వదలిపెట్టు. గురువు చూపిన మార్గంలో సాధన కొనసాగించు. నీ సాధన తీరుతెన్నులను వెల్లడించకు, గుప్తంగా ఉంచు.

ఏకాంతంగా ఏ మూలనో, లేదా ఏ వనానికో వెళ్ళి గోప్యంగా నీ హృదయాంతరాళంలో ధ్యానించమని గురుదేవుల వాక్కు.

కొంతకాలం ఆ రకంగా ధ్యానాన్ని కొనసాగించు. ఆ ధ్యానలీనమైన జీవితం ఎంత వినోదంగా, ఆహ్లాదకరంగా ఉంటుందో అప్పుడు నీకే తెలుస్తుంది. నీ మనస్సులో, ఆలోచనల్లో, ఆచరణలో ఎంతో మార్పు పొందుతావు.

బ్రహ్మజ్ఞాని అండ లభించిన వారు ఆందోళన చెందనక్కరలేదు. వారు ఎన్నటికీ విజయులే! గురుకృప అంటే అదే!



దేహమే దేవాలయం

స్వామి : సాధారణంగా సమాధి స్థితి రెండు రకాలు. అవి సవికల్ప సమాధి, నిర్వికల్ప సమాధి. సవికల్ప సమాధి స్థితిలో సాధకునికి వ్యక్తిగత స్పృహ ఉన్నప్పటికీ భగవంతుని దివ్యరూప సాక్షాత్కారం భాసిస్తూనే ఉంటుంది.

రెండవదైన నిర్వికల్ప సమాధి స్థితిలో సాధకుడు తన వ్యక్తిగత స్పృహను కోల్పోయి, భగవద్రూప దర్శనాన్ని కూడ అతిక్రమించిన స్థితిని చేరతాడు. ఆ స్థితిలో సమస్త ప్రపంచం అదృశ్యమై ఉంటుంది.

ఆనంద సమాధి అనే మరో రకమైన సమాధి స్థితి ఉన్నది. సామాన్యమానవుడి మనోశరీరాలు ఆ మహోత్కృష్టమైన స్థితిని తట్టుకోలేవు. ఈ బ్రహ్మానంద స్థితి కనుక అతడికి కలిగితే, అతడు ఆపైన ఇరవై ఒక్క రోజులకంటె జీవించడు.

శ్రీరామకృష్ణులు ఒక రోజు శబ్దబ్రహ్మ సాక్షాత్కారాన్ని గురించి విపులీకరించారు. ఆనాటి మధ్యాహ్నం ధ్యానస్థితిలో ఉండగా అకస్మాత్తుగా శబ్దబ్రహ్మ సాక్షాత్కారం లభించింది.

మరొక రోజు శ్రీరామకృష్ణులు నాతో ఇలా అన్నారు: "కాళికాలయంలో నేను ధ్యానంలో ఉండగా, మాయా వరణాలు ఒకటి వెంట ఒకటిగా నా ఎరుకనుంచి వైదొలగాయి. కోటిసూర్యుల ప్రకాశాన్ని మించిన ఒక దివ్య జ్యోతిని అమ్మ నాకు దర్శింప చేసింది. ఆ జ్యోతి నుంచి ఒక దివ్యస్వరూపం వెలువడింది. రూపం లేనిది రూపం సంతరించుకొన్నది. మళ్ళీ ఆ రూపరహిత తత్త్వంలో లీనమైపోయింది."

దేహమే దేవాలయం. దాన్లోనే పూజాధ్యానాదులు అనుష్ఠించాలి. సహస్రారంలో బాహ్యచైతన్యం లీనమైనప్పుడు మనస్సు అందుండి విడివడి రావడానికి ఇష్టపడదు. ఈ సువిశాల బాహ్యప్రపంచంలో ఉన్నదంతా నీలోనే ఉన్నట్లుగా అప్పుడు నీకు భాసిస్తుంది.

ఆలయంలో దేవుణ్ణి చూసినవాడు ఇక దాన్లోనుంచి బయటకు రాడని సామెత. రాబుద్ధి పుట్టదు, ఐక్యభావం అంటే అదే.

"రథంతు వామనం దృష్ట్వా పునర్జన్మ నవిద్యతే."



శరీరం అనే రథంలో ఆత్మ అనే వామనుని అంటే పరతత్త్వాన్ని దర్శించగలిగిన వాడికి ఇక పునర్జన్మ లేదని భావం.

బాహ్యాజగత్తులో నిర్మింపబడే దేవాలయాలు సాధకుడికి ప్రారంభ దశలో సహాయకారులై ఉంటాయి. ఈ మానవ శరీరమనే మహోత్తమమైన దేవాలయాలకు అవి కేవలం సాంకేతికాలు, అంటే సూచనప్రాయాలు మాత్రమే, ప్రతీకలన్నమాట.

కనుబొమల నడుమ జ్ఞాననేత్రమనే దివ్యచక్షువు ఉంది. అది తెరచుకొన్నప్పుడు ఆనందమనే స్రవంతి వెలువడుతుంది. అప్పుడిక సమస్త ప్రపంచం ఆనందమయమై భాసిల్లుతుంది.



దైవాన్వేషణ

దుఃఖాన్ని కోరుకునేవారు ఎవ్వరూ ఉండరు; అందరూ సుఖాన్నే ఆకాంక్షిస్తారు. కాని ఐహిక భోగాలపట్ల వ్యామోహం ఉన్న మనిషి సచ్చిదానందమయుడైన భగవంతుని విడనాడి, సంసార కూపంలో చిక్కి తోలుబొమ్మలతో ఆడుకొంటూ నిరర్థకమైన విషయాల వెంట పరుగులెత్తుతున్నాడు.

నిజమైన, శాశ్వతమైన ఆనందాన్ని పొందగోరితే ఈ బొమ్మలాటను ఆవలకు నెట్టి భగవంతుణ్ణి ఆశ్రయించు. నిన్ను తన ఒళ్ళోకి తీసుకోవడానికి ఆయన పరుగున వస్తాడు. అశాశ్వతమైన, క్షణికమైన సుఖభోగాలు కావాలో, శాశ్వతమైన అక్షయమైన ఆనందం కావాలో యోచించు. నువ్వు ఏది కోరుకుంటావో అదే నీకు లభిస్తుంది.

ఆకులను లెక్కించకు, పండుకోసం వెదుకు, లభిస్తుంది. భగవత్ప్రాప్తే జీవిత పరమార్థం. జనన మరణ రహస్యాన్ని తెలుసుకో. అజ్ఞానం అనే పెనునిద్ర నుంచి

మేలుకో. భగవంతుని గురించి తెలుసుకోవడానికి ప్రయత్నించు. ఆ ఆనందామృత సాగరంలో తేలియాడు, అమరత్వం సిద్ధిస్తుంది. సదా సర్వవేళల భగవంతుని ప్రార్థించు.

భగవంతునికి అనేక నామాలున్నాయి. అయినా ఆయన నామరహితుడు. ఆయన్ను ఏ రూపంలో అర్చించినా, ఏ పేరిట పిలిచినా ఒక్కటే. మనస్ఫూర్తిగా ఆరాధించు, నువ్వాయన భవ్యస్వరూపాన్ని చూడగలవు. "అప్పాన్ని (ఒక మధుర భక్ష్యం) ఎటు త్రిప్పి తిన్నా తియ్యగానే ఉంటుంది కదా!" అనేవారు శ్రీరామకృష్ణులు. శ్రద్ధపూని ఆ అగాధమైన సచ్చిదానంద సాగరంలో మునుగు. బాగా మునిగి వెదికితే అక్షయమైన నిధి లభిస్తుంది. ప్రయత్నించినప్పటికీ అనుకొన్న ఫలం లభించకుంటె నిరుత్సాహం చెందకు.

సాగరగర్భంలో అమూల్యమైన రత్నాలెన్నో ఉన్నాయి. ఒక్కసారి మునిగినంత మాత్రాన నీకు లభించకపోవచ్చు. కనుక ముందుగా ధ్యానసాగరంలో పడి ఈదడం నేర్వాలి. ఓర్పుతో ప్రయత్నించాలి. తరుణం వస్తుంది. సకాలంలో భగవదనుగ్రహం నీకు తప్పక కలుగుతుంది. ఉదాహరణకు: ఒక ప్రముఖుణ్ణి నువ్వు చూడగోరితే, అతడి పరిజనుల

సాయంతో చూడవచ్చును. అట్లే భగవదనుగ్రహం సముపార్జింపనెంచితే సాధుజనుల సహాయం కోరి, వారి సాంగత్యం నెరపాలి. అనేక సాధనలు అనుష్ఠించాలి. భగవంతుడు అందరికీ ఆప్తుడు. అట్టి ఆప్తుని దర్శించడానికి నీ మనస్సులో ఆరాటం అధికరించాలి, ఆవేదన జనించాలి, వేడుకోవాలి. పసిపిల్లవాడిలా విలవిల్లాడిపోవాలి. ఆపైన ఆయన నీతో దాగుడుమూతలాడడు; కటాక్షిస్తాడు.

అందుకు కావలసింది చిత్తైకాగ్రత. ఇది నావికునికి దిక్సూచి. దిక్సూచి ఏం చేస్తుంది? ఓడ ఏ దిశగా పయనిస్తున్నా దిక్సూచి యంత్రం మాత్రం సదా ఉత్తర దిక్కునే సూచిస్తూ ఉంటుంది. అది ఓడ సరైన మార్గంలో పయనించడంలో సాయం చేస్తుంది. అదే విధంగా నీ మనస్సును భగవంతునిపై కేంద్రీకరించాలి. అప్పుడే జీవితనౌక క్షేమంగా గమ్యం చేరగలుగుతుంది.

అట్టి నియమనిష్ఠలున్న వ్యక్తికి ఒకప్పుడు దుష్ట సంసర్గం ఏర్పడ్డా తన శ్రద్ధాభక్తులను కోల్పోడు. భగవన్నామం వినగానే మైమరచిపోతాడు.

చెకుముకిరాయి వేలాది సంవత్సరాలు నీళ్ళలో పడి ఉన్నా, బయటకు తీసి దాన్ని రాతితో కొట్టగానే నిప్పురవ్వల్ని విరజిమ్ముతుంది కదా!

గాలి తాకిడిచే నేల రాలిన ఆకులా మానవుడు ఒడుదుడుకుల్లో చిక్కి ఎడాపెడా ఎగురగొట్టబడుతున్నప్పటికీ సంతృప్తుడై ఉంటాడేగాని, దైన్యం చెందడు. అతడికి తనకంటూ ఏ కోరికా ఉండదు. అలాంటి వాళ్ళు లౌకిక ప్రపంచంలో ఉన్నప్పటికీ సంకల్ప మాత్రాన జ్ఞానానంద సాగరంలో మునిగిపోగలరు.

పరిశుద్ధమైన మనస్సు తడిలేని అగ్గిపుల్ల వంటిది. దాన్ని గీయగానే భగ్గున మండుతుంది. కాని ఆ అగ్గిపుల్ల నిమ్ముకొన్నదైతే ఎంతగీసినా వెలగదు. అదే విధంగా మనస్సు లౌకిక విషయాలనే మాలిన్యాన్ని పులుముకొని ఉంటే దాన్ని స్వచ్ఛమైన పూర్వస్థితికి తీసుకురావడం ఎంతో కష్టం, దాదాపు దుస్సాధ్యమే.



భగవత్కృపను పొందగోరితే

భగవన్నామస్మరణతో నీ మనోశరీరాలు నిర్మలం అవుతాయి. నామస్మరణకు అట్టి మహత్తు ఉంది. నామస్మరణ పట్ల విశ్వాసం పాదుగొలిపి భగవంతుని ధ్యానించు. భగవంతుని గుణగానం చెయ్యి. భవబంధాలన్నీ విడిపోతాయి, నిర్భయుడవవుతావు, ముక్తిని పొందగలవు.

భగవత్కృప పొందడమూ, భగవత్సాక్షాత్కారం బడయడమూ సమస్త సాధనల పరమ ప్రయోజనం. మనస్సును క్రమ్ముకొన్న కామినీ కాంచన పంకిలాన్ని కడిగివేయాలి. హృదయం పరిశుద్ధం కాకుండా భగవత్కృప కలుగదు.

శ్రీరామకృష్ణులు ఇందుకు చక్కని దృష్టాంతాలు చెప్పేవారు. మట్టితో కప్పబడి ఉన్నంతవరకు సూదిని అయస్కాంతం ఆకర్షించదు. ఆ మట్టిని కడిగివేయగానే సూదిని అయస్కాంతం సహజంగా ఆకర్షిస్తుంది. అట్లే భగవత్ చింతన, ధ్యానాదులచే మనోమాలిన్యాన్ని కడిగి

వేయాలి. మరుక్షణమే భగవంతుడనే అయస్కాంతం మానవ హృదయమనే సూదిని అలవోకగా ఆకర్షిస్తుంది. మనస్సు నిర్మలమైనప్పుడే భగవత్కృప జాలువారుతుంది. భగవత్కృప పొందిన మనస్సుకే భగవంతుడు గోచరిస్తాడు.

స్వయంకృషితో మనిషి భగవంతుని దర్శించగలడా? అతడి బుద్ధి అంతటి ఉన్నతస్థితిని చేరగలదా? చేరగలదనే జవాబు చెప్పాలి. ఎప్పుడు? అతడు ఆ సర్వేశ్వరునికి ఆత్మార్పణం చేసుకొన్నప్పుడు; ఆయన్ను శరణు పొందినప్పుడు. అందు నిమిత్తం భగవంతుని ప్రేమించు, భగవత్ప్రాప్తికోసం పరితపించు, తదేక ధ్యానంలో మైమరచి భగవంతుని సేవించు.

భగవద్దర్శనమే పరమార్థమని భావించు. భగవత్ చింతనలో లీనమవడం అలవరచుకో; భగవత్ చింతనా మగ్నతకు నిష్కామకర్మే ఏకైక సాధనం. ధ్యానించు, ప్రగాఢంగా ధ్యానించు. ధ్యానం మరింత తీవ్రతరం అయ్యేకొద్దీ భగవంతుడొక్కడే యథార్థమనీ, శాశ్వతుడనీ తక్కినదంతా మిథ్య, వట్టిదని గ్రహించగలవు. సదా ముందంజ వేయాలి గాని, ఆగరాదు. నువ్వు అనుష్ఠించే సాధనల వల్ల ఏ కొద్దోగొప్పో ఆధ్యాత్మిక బోధ కలిగినంత మాత్రంచేత గమ్యం చేరుకొన్నట్లుగా భావించరాదు. ఇంకా

పురోగమించాలి. మనోవికాసం జనించాలి. పైపై వికాసం చాలదు. అగాధం వరకు వెళ్ళాలి. అప్పుడు ప్రత్యక్షంగా, ఎట్టఎదుట భగవంతుని దర్శించి, ముఖాముఖీ ఆయనతో సంభాషించాలి, సంభాషించగలవు.

చర్చలు, వాదోపవాదాలు, గ్రంథపఠనం చాలించి నీ మనోశక్తి సామర్థ్యాలను కూడదీసుకొని వాటిని భగవంతుని కేసి మరల్చు, తదితర విషయాలపై ధ్యాసనుంచకు. ఆనందసాగరంలో మునిగిపో.

క్షణిక సుఖాలకై శాశ్వతమైన బ్రహ్మానందాన్ని నెట్టివేయకు. ఆ బ్రహ్మానందాన్ని ఒక్కసారి చవిచూస్తే, విషయ సుఖాలన్నీ నిస్సారంగా భాసిస్తాయి.

ఇంద్రియాకర్షకమైన ఎన్నో విషయాలు నీ కళ్ళముందు ప్రత్యక్షమౌతాయి. కాని కళ్ళు మూసుకోగానే అవన్నీ ఏమౌతున్నాయి? యోచించు.

ఈ విషయభోగాలనేవి మనిషిని అంధకారం నుంచి గాఢాంధకారంలోకి ఈడ్చుకుపోతాయి. కాబట్టి నువ్వు ఏ మార్గాన పయనించదలచుకొన్నావు?

చీకట్లు అలముకొన్న మార్గమా?

జ్ఞానజ్యోతిని చూపే మార్గమా?

నాయనలారా! జ్ఞానమార్గంలో కించిత్తు పయనించారు కదా, ఇక ఆ చీకటి మార్గాలలో పడకండి. విషయవాసనలు బలీయమైనవి, ఆకర్షణీయాలన్న దాన్లో సందేహం లేదు. కాని వాటికి మీరు తలవొగ్గారో, అవి మీ మనస్సులో దుష్టసంకల్పాలు ప్రేరేపించడంతో ఊరుకోక మిమ్మల్ని అధోగతిపాలు చేస్తాయి. కాబట్టి భగవంతునికి ఆత్మార్పణం గావించుకోవడమే విషయాకర్షణల నుంచి విముక్తి పొందడానికి తరుణోపాయం. భగవంతుని అండన బలీయుడవై ఉండు, అదే నీకు రక్ష. అదే నిన్ను మాయలో పడిపోకుండా కాపాడుతుంది. భగవత్కృపను పొందకుండా భవసాగరాన్ని తరించలేరు. [1]



---

1. క. బలయుతులకు దుర్బలులకు
   బలమెవ్వఁడు నీకు నాకు బ్రహ్మాదులకున్
   బల మెవ్వఁడు ప్రాణులకును
   బల మెవ్వం డట్టివిభుఁడు బలమసురేంద్రా.

   – శ్రీమదాంధ్రభాగవతము, ప్రహ్లాదచరిత్ర 7-264

భగవంతుణ్ణి శరణుపొందు

స్వామి : పతివ్రతకు తన భర్తపట్ల గల ప్రేమ, లౌకికునికి సాంసారిక విషయాల పట్ల ఉండే మోహం, లోభికి తాను కూడబెట్టిన సొమ్ముపై ఉండే మక్కువ ఈ మూడు ముప్పిరిగొన్నప్పుడు కలిగినంత అనురాగం నరుడు మనసారా నారాయణుని పట్ల చూపగలిగితే, నరుడు నారాయణుని చూడగలడని శ్రీరామకృష్ణులు తరచు చెప్పేవారు. దానికి అర్థం ఏమిటో తెలుసా?

సమస్తమైన కోర్కెలను విడనాడి మనస్సు భగవంతుని కోసం తీవ్రంగా పరితపిస్తేనే నరుడు నారాయణుని దివ్యదర్శన భాగ్యం పొందగలడు.

గీతలో శ్రీకృష్ణ పరమాత్మ, 'ప్రాయశ్చిత్తం, తదితర బాహ్యాచార నియమాదులన్నిటినీ విడిచి నన్నే శరణుపొందు' అంటున్నాడు.

మనస్ఫూర్తిగా భగవంతుణ్ణి శరణు వేడు. సదా సర్వవేళలా నిర్మల నిష్కపట హృదయంతో ఆయన్ను ఇలా

ప్రార్థించు: "ప్రభూ! నేను మంచి ఏదో, చెడు ఏదో ఎరుగనివాణ్ణి. పూర్తిగా నిన్నే నమ్ముకున్నాను. పారమార్థిక జీవితానికి వలసినదంతా నాకు నువ్వే అనుగ్రహించాలి. నా జీవితానికి ఉపయుక్తమైన ఉన్నతాశయాలతో కూడిన మార్గంలోనే నన్ను నడిపించు. దేవా! సదా నిన్ను స్మరించడానికి, ధ్యానించడానికి అనువైన మనోబలాన్ని, విశ్వాసాన్ని నాకు ప్రసాదించు."[1]

త్రికరణశుద్ధిగా భగవంతునికి ఆత్మార్పణం చేసుకోవడం అంత సులభసాధ్యం కాదు.

'భగవంతుడే శరణ్యమని నమ్మి ఉన్నాను. నాదంటూ ఏమీ లేదు. నా సర్వస్వమూ ఆయనదే. ఆయన చిత్తం నా ప్రాప్తం, అంతే' అంటూ ఉంటారు కొందరు. కాని వారి దైనందిన చర్యలు కాస్త పరికిస్తే అసలు సంగతి తెలియవస్తుంది. వారు చెప్పేదొకటి, చేస్తూన్నదొకటి. ఏదైనా కానివ్వండి. మంచి జరిగితే, ఘనత అంతా

---

1. సర్వధర్మా న్పరిత్యజ్య మామేకం శరణం వ్రజ ।
అహం త్వా సర్వపాపేభ్యో మోక్షాయిష్యామి మా శుచః॥
- గీత 18-66

సర్వధర్మాలను (అధర్మ సహితంగా) విడనాడి, (ఆత్మ రూపంలో అందరిలోనున్న) నన్ను ఒక్కనినే ఆశ్రయించు. అన్ని పాపాల నుండి నిన్ను విముక్తుణ్ణి చేస్తాను, శోకించకు.

తమదేనని గర్వంగా చాటిచెప్పుకొంటారు. ఒకింత కష్టం కలిగితేనో! ఇంకా ఏముంది, 'అయ్యో, ఆ భగవంతుడు నాకెంతటి కష్టం తెచ్చిపెట్టాడు' అంటూ తప్పంతా భగవంతునిపై వేసి, ఆయన్ను దుమ్మెత్తి పోస్తారు. లోకుల తీరు ఇట్లే ఉంటుంది.

బాహ్యంగా కనబడే వేషభాషలను చూసి మనం ఎదుటి వ్యక్తి గుణగణాలు పరిగణిస్తాం. కాని భగవంతుడు పైపై వేషాన్ని చూసి మెచ్చుకోడు. వారి హృదయ సౌందర్యాన్ని, నైర్మల్యాన్ని చూస్తాడు.

నిష్కపట, నిశ్చల మనస్సుతో ధ్యానించే వారి వద్దకు భగవంతుడు తానే స్వయంగా పరుగెత్తి వస్తాడు. ఇందులో సందేహం లేదు. కనుక నిర్మల మనస్కుడవై మెలగు. నీ మనస్సు, మాట ఒక్కటై ఉండాలి. భగవంతుని శరణు వేడుకో. ఈ వేలాది లక్షలాది జనంలో భగవత్ప్రాప్తిని పొందగోరే వ్యక్తి ఏ ఒక్కడో ఉంటే గొప్ప.

నీ అదృష్టం కొద్దీ ఆ భగవంతుణ్ణి తెలుసుకోవాలనే తపన నీలో జనించింది. కనుక ఆ పరితాపాన్ని తీవ్రతరం చేసుకో. నువ్వు కూర్చున్నా, పరుండినా, భుజిస్తున్నా, మరే పనిచేస్తూన్నా భగవంతుణ్ణి ఇలా ప్రార్థించు: "ప్రభూ! నీ అనుగ్రహం పొందగల యోగ్యతను, నిన్ను గురించి

తెలుసుకోగల అవగాహనాశక్తిని ప్రసాదించు. నువ్వు తప్పక నా మనవి ఆలకిస్తావని నాకు తెలుసు."[1]

ఈ రీతిలో ఆ పరమ సత్యస్వరూపుడైన భగవంతుణ్ణి శరణు పొందగోరేవారు ఎందరు? మానవుడు పరమ అవివేకి. ఎంతసేపూ తన తెలివితేటలను నమ్ముకుని ఉంటాడేగాని, భగవతత్త్వాన్ని గ్రహించలేక, భగవంతుడే లేడని దబాయిస్తూంటాడు. తన బుద్ధి ఎంత చంచలమైనదో అతగాడికే తెలియదు. నేడు తాను నిజమని నమ్మింది, రేపు తనకే భ్రమగా తోస్తుంది. అయినప్పటికీ ఆ క్షణంలో తనకు ఏది నిజమనిపిస్తుందో అదే పరమ సత్యమని, పరమార్థమని, అందరూ తన మాటనే శిరసావహించాలని ఆశిస్తాడు. ఈ విధంగా అయితే మానవుడు ఇంకా ఎన్నెన్ని మాయల్లో చిక్కుకోవలసి ఉంటుందో ఆ జగన్మాతకే ఎరుక.

భగవత్సాక్షాత్కారం పొందిన వారెవరూ ఆ అఖండ జ్యోతిర్మయుని అనంతమూ అప్రమేయమూ అయిన

1. మనుష్యాణాం సహస్రేషు కశ్చిద్యతతి సిద్ధయే ।
యతతామపి సిద్ధానాం కశ్చిన్మాం వేత్తి తత్త్వతః ॥

– గీత 7-3

వేలాదిమంది మానవుల్లో ఎవ్వడో ఒక్కడే జ్ఞానసిద్ధికై యత్నిస్తాడు. అలా ప్రయత్నించే ముముక్షువులలో కూడ ఎవ్వడో ఒక్కడే నన్ను యథార్థంగా తెలుసుకొంటాడు.

భగవతత్త్వానికి పరిధిని నిర్ణయింప ప్రయత్నించరు. భగవంతుడు – పరమాత్మ వారికి ప్రత్యక్షతత్త్వం కాని, కేవలం ఊహాజనితమో, అభిప్రాయ సంబంధమైన విషయమో మాత్రం కాదు.

భగవంతుడు ఉన్నాడు. ఆయన అనంత ప్రేమమయుడు, అవాఙ్మానసగోచరుడు. ఆ సర్వేశ్వరుడు ఎవరికైతే సాక్షాత్కరిస్తాడో అతడే ఆయన మాయలను, ఆయన తత్త్వాన్ని గ్రహించగలుగుతాడు.

భగవత్సాక్షాత్కారం పొందిన వ్యక్తికి అపూర్వజ్ఞానం కలుగుతుంది. ఆశ, మోహం, మమకారాది పాశాలన్నీ వదలిపోతాయి. అట్టి వ్యక్తికి తాను భగవంతుని మనిషిననీ, భగవంతుడు తన వాడేననే భావం మిగులుతుంది.

ఔను. బ్రహ్మసాక్షాత్కారమైన వ్యక్తికి అఖండమైన జ్ఞానం జనిస్తుంది. ఐహికాముష్మిక రహస్యాలన్నిటినీ, అంటె లౌకిక పారమార్థికమైన విషయాలు, వాటి కీలకాలన్నీ కూడ అతడికి ఎట్టఎదుట తెరిచిన పుస్తకంలా గోచరిస్తాయి.

మనం తెలివి తేటలని భావించేవన్నీ అజ్ఞానానికి మారు పేరు. మనిషి కనుక ఇహంలో ఆనందాన్ని అందుకో గోరితే మొదట తానెవడో, ఎందుకు జన్మించాడో,

ఈ జీవితోద్దేశం ఏమిటో తెలుసుకోడానికి ప్రయత్నించి, బ్రహ్మజ్ఞానాన్ని పొందుగాక!

ఆటలాడుతూ పిల్లలు ఒక స్తంభాన్ని పుచ్చుకొని దాని చుట్టూ గిరగిరా తిరుగుతూంటారు. పొరపాటున పట్టు తప్పితే దభాలున తలక్రిందులుగా పడతామని, ప్రమాదమని వారికి తెలుసు. అట్లే మనం కూడ భగవంతుని ఆశ్రయించుకొని, ఆయనే మన జీవన మూలస్తంభమని తెలుసుకోవాలి. భగవంతుణ్ణి ఆశ్రయించు; ఆశ్రయిస్తే ఇక ఎలాంటి ప్రమాదమూ ఉండదు. జ్ఞాన భక్తి కర్మ మార్గాలలో ఏ మార్గం అవలంబించినా సరే భగవంతుణ్ణి ప్రాప్తించుకోగలవు. నీ జన్మ తరిస్తుంది. నువ్వు మానవకోటికి వరప్రసాదివి కాగలవు.[1]

భగవంతుడు కల్పతరువు. మనిషి ఏది కోరితే అది అతడికి ప్రసాదిస్తాడు. అట్టి సచ్చిదానంద సాగరాన్ని గురించి తెలుసుకోకుండా మానవుడు సంసారకూపంలో

1. స్నాతం తేన సమస్త తీర్థసలిలే సర్వాపి దత్తావని ।
ర్యజ్ఞానాం చ సహస్రమిష్ట మఖిలా దేవాశ్చ సంపూజితాః ॥
సంసారాచ్చ సముద్ధృతాః స్వపితర స్రైలోక్యపూజ్యో ప్యసౌ ।
యస్య బ్రహ్మ విచారణే క్షణమపి స్థైర్యం మనః ప్రాప్నుయాత్ ॥
→

పడి, ఊబిలో కూరుకుపోయి, తానేదో ఆనందంగా ఉన్నానని భావిస్తాడు. విధివిలాసం విచిత్రమయినది. సంసార యాతనల్లో చిక్కి జీవితాన్ని వ్యర్థం చేసుకోవద్దు. ఈ కల్పతరుచ్ఛాయలో కూర్చుని, దివ్యుడను కావాలని

→
కులం పవిత్రం జననీ కృతార్థా వసుంధరా పుణ్యవ తీచ తేన ।
అపారసం విత్సుఖ సాగరో స్మీ ల్లీనం పరే బ్రహ్మణియస్య చేతః ॥
– సూత సంహిత

భావం: బ్రహ్మ విచారంలో ఎవరి మనస్సు క్షణమైనా స్థిరమై ఉంటుందో అట్టి మహనీయుడు సమస్త పుణ్యతీర్థాలందు స్నానం ఆచరించినవాడూ, సమస్త భూమిని దానం చేసినవాడూ, సహస్ర యజ్ఞాలు నిర్వర్తించినవాడూ, సకల దేవతలను పూజించినవాడూ, తన పితృదేవతలను సంసార బంధవిముక్తులనొనర్చినవాడూ, త్రిలోక పూజ్యుడూ అయి విరాజిల్లుతాడు.

పరబ్రహ్మమనే అఖండ సచ్చిదానంద సాగరంలో ఎవరి మనస్సు లీనమౌతుందో, అట్టి పుణ్యపురుషుని కారణంగా అతడి కులం, వంశం పావనమయ్యేనని, జన్మనిచ్చిన తల్లి ధన్యురాలయ్యేనని, పుట్టిన భూమి పవిత్రమయ్యేనని చెబుతున్నారు.

ఒక యోగి అయిన వ్యక్తి కటాక్షానికున్న శక్తిని గురించి సూత సంహితలో ఇలా చెప్పబడింది:

యస్యానుభవ పర్యంతా... తత్త్వేబుద్ధి ప్రవర్తతే ।
త దృష్టి గోచరాః సర్వే ముచ్యంతి సర్వపాతకైః ॥

ఆత్మసాక్షాత్కారార్థం ఎవరి మనస్సు పరతత్త్వంలో లగ్నమై ఉంటుందో, అట్టి మహనీయుని కటాక్షాన్ని పొందే వారందరూ సమస్త పాపాల నుండి విముక్తులవుతారు.

కోరుకో; దివ్యుడవే అవుతావు. పశువు కాగోరతావా, పశువే అవుతావు. అది తథ్యం.

మాయావరణంలో భగవంతుని సుముఖుని చేసే విద్య, విముఖుని చేసే విద్య కూడ ఉన్నాయి.

నిత్యానిత్య వస్తు వివేచన, సంసార మమకారాదుల పరిత్యాగం, వైరాగ్యంతో కూడి ఉన్నదే విద్య. విద్యను ఆశ్రయిస్తూ ఉన్నావంటె, భగవంతుణ్ణి ఆశ్రయిస్తున్నావన్న మాట. ఇక కామ క్రోధ లోభ మద మాత్సర్యాలతో కూడుకొన్నది అవిద్య. ఈ అవిద్య మనిషిని కేవల పశుప్రాయునిగా చేస్తుంది. వివేక వైరాగ్యాలను అలవరచుకోగలిగితే అవిద్య నశిస్తుంది. అవిద్యకు లోబడ్డావంటె భగవంతునికి దూరమైపోతావు, తాపత్రయాల్లో పడిపోతావు.

ఒక వంక విద్య, మరో వంక అవిద్య ఉన్నాయి. ఈ రెండిటిలో దేన్ని ఎన్నుకోవడానికైనా మనిషికి స్వేచ్ఛ ఉంది. తన ఎన్నికను బట్టి ఫలప్రాప్తిని పొందుతాడు.

నీకు వాటిల్లిన కష్టాలకు భగవంతుని నిందించడంలో ఏం లాభం? వివేకం కోల్పోయి మానవులు తాత్కాలిక సుఖానురక్తులవుతూ ఉంటారు. స్వయం కృతాపరాధానికి ఫలితమే తదనంతరం వాటిల్లే దుఃఖం, యాతనలు.

కొరివిని తాకితే కాలక మానుతుందా? శ్రీరామకృష్ణులు ఇలా అనేవారు: "వెలుగు నివ్వడం దీపం లక్షణం. ఆ వెలుగులో కొందరు భాగవత పారాయణ చేయవచ్చు. మరి కొందరు దొంగ దస్తావేజులు సృష్టిస్తూ ఉండవచ్చు. అంతమాత్రాన ఆ దోషాదోషాలు దీపానికి ఆపాదించరాదు." ఆయన ఇలా అంటూ ఉండేవారు: మలయమారుతం వీచినప్పుడు చేవగల చెట్లన్నీ చందన వృక్షాలుగా మారిపోతాయి. అదే మలయమారుతం చేవలేని వృక్షాలలో ఎలాంటి మార్పూ తీసుకురాలేదు. అవి యథాప్రకారం నికృష్టంగానే ఉంటాయి. అదే విధంగా మానవుల్లో కూడ రకరకాలవారు ఉన్నారు. సాధు సాంగత్యం నెరపి, జాగృతం చెంది, సంసారం అనిత్యమని, జననమరణ కీలకాన్ని కనుగొనాలని, భగవంతుని గూర్చి తెలుసుకోవాలని తపించిపోయి, సాధకులవుతారు. అలాంటివారు భగవత్సాక్షాత్కారం తప్పక పొందుతారు.

మరొక కోవకు చెందినవారు ఉంటారు. వారికెంత తత్త్వబోధ చేసినా వారిలో చలనమనేది ఉండదు. ఈ లోకంలో తాము శాశ్వతంగా ఉండబోతామనుకొంటారు. తమ తోడిదే లోకం, తాము లేకుండా లోకం సాగదనుకొంటారు. ప్రత్యక్షంగా ఉన్న లౌకిక సుఖాలను

వదలుకొని, పరలోక ఆనందానికై పరితప్తత చెందడం అవివేకమని వారి తలంపు. ఈ రీతిలో తలస్తూ సంసార కూపంలో పడి క్రుమ్మగ్గిపోతూ ఉంటారు.

మనస్ఫూర్తిగా, నిష్కాపట్యంతో భగవంతుని ప్రార్థించు. 'ప్రభూ! నాకు వివేకం ప్రసాదించి, అహంకార విముక్తుని గావించు. నీ సంకల్పానికి అనుగుణంగా మెలగే తీరుతెన్నులు నాకు బోధించు. నన్ను నీ వాణ్ణిగా చేసుకో తండ్రీ!'

భగవత్ప్రాప్తికై వ్యాకులత చెందు. శ్రీరామకృష్ణులను శరణు జొచ్చి ఉన్నావు కనుక, ఆయన కృపకు పాత్రుడవైనావని విశ్వసించు. పరమానందాన్ని కోల్పోకు భగవంతునికి శాశ్వత అనుచరుడవై మసలుకో!

యుగవతారమూర్తి అయిన శ్రీరామకృష్ణులు నిర్మల హృదయుడైన సాధకునికి చేయూత నిస్తారు. నీ కోసం ఆయన వేచి ఉన్నారు. ప్రయత్నం సాగించు. శ్రద్ధాభక్తులనే తెరచాపలను పూర్తిగా విప్పి ఉంచు. ఆ దివ్యమారుతం అప్పుడు నిన్ను చేరుతుంది. వెనక్కు చూడబోకు. ముందుకు, మున్ముందుకు సాగిపో. ఆ పరంజ్యోతి దర్శన భాగ్యం పొంది నీ జీవితం ధన్యత చెందుతుంది గాక!



ఆత్మసమర్పణం

త్రికరణశుద్ధిగా (మనసా, వాచా, కర్మణా) భగవంతునికి ఆత్మసమర్పణం చేసుకోవాలనడం ఎందుకో తెలుసా? మేము నీ ఈడువారమై ఉన్నప్పుడు శ్రీరామకృష్ణులు మా సాధనానుష్ఠానాలను జాగ్రత్తగా గమనిస్తూ ఉండేవారు.

బాల్యంలోగాని, యౌవనంలోగాని మనస్సు బంకమన్నులా మృదువై ఏ ఆకృతిని మలచేందుకైనా వీలుగా ఉంటుంది. యువకులైన మీ మనస్సులు ఇంకా ఈ లౌకిక లంపటాలతో కలుషితం కాకుండా, మృదుత్వాన్ని కోల్పోకుండా ఉంటాయి. కనుక దాన్ని సులభంగా భగవంతుని వైపు మరల్చవచ్చు. గట్టిగా ప్రయత్నించి మనస్సులో భగవచ్చింతన జనింపచేస్తే, మీ జీవిత లక్ష్యం సిద్ధిస్తుంది. ఆధివ్యాధులు మీకు ఆమడ దూరమౌతాయి.

మనస్సు ఆవాల పొట్లం వంటిది. పొట్లం చిట్లి ఆవాలు చెల్లాచెదరైపోతే వాటిని ప్రోగుచేయడం ఎంతో కష్టం.

వయస్సు పెరిగేకొద్దీ మన శక్తిసామర్థ్యాలు లౌకిక చింతనలలో చిక్కువడి చెల్లాచెదురైతే తిరిగి వాటిని కూడదీసుకొని, ఏకం చేసి ఏకాగ్రబుద్ధితో భగవంతుని వైపు మళ్ళించడమనేది ఎంతో కష్టసాధ్యం.

నీ జీవన సర్వస్వం భగవంతుడేనని ఎంచి ఆయన్నే నీ జీవిత గమ్యంగా భావించుకో. భగవత్సాక్షాత్కారానికై మనస్ఫూర్తిగా ప్రయత్నించు. సమస్త తాపత్రయాల నుండి విముక్తుడవు కాగలవు. శాశ్వతానందాన్ని, బ్రహ్మానందాన్ని పొందగలవు.

లోకంలో సుఖంగా ఉండాలని మనిషి కోరుకొంటాడు. కాని అనుకొన్నంత సులభంగా చేజిక్కుతుందా? మనిషి క్షణికమైన సుఖాలను ఆశించి వాటి వెంట పరుగులు పెడుతూ, వాటికై తీవ్రంగా ఆరాటపడుతూ ఉంటాడు. దానితోనే అతగాడి జీవితమంతా వ్యర్థంగా గడచిపోతుంది. ఒకానొక రోజు మృత్యువు ఆసన్నమౌతుంది. కాబట్టి శాశ్వతమైన, నిజమైన సుఖాలను పొందగోరితే, తుచ్ఛమూ క్షణికమూ అయిన ప్రాపంచిక సుఖాలను విడిచిపెట్టాలి. మనస్ఫూర్తిగా భగవంతునికై అన్వేషించాలి. భగవంతునికి ఆత్మార్పణ గావించుకొంటె, బ్రహ్మానందాన్ని పొందుతావు. అలా కాక

సాంసారిక సుఖాలకు దాసుడవైపోయావో, అనంతమైన దుఃఖమే నీకు ప్రాప్తమౌతుంది.

మీరు పిన్నవయస్కులు. మీ మనస్సులింకా విషయ వ్యామోహాలకు లోనుకాలేదు; లౌకిక విషయాలలో పడి కలుషితం కాలేదు. ఇప్పటి నుంచే గట్టి ప్రయత్నం చేసినట్లయితే శోకసంతాపాల నుంచి మీ జీవితాలను పరిరక్షించుకోగలుగుతారు.

మానవ జీవిత పరమాదర్శాన్ని ఎన్నడూ మరచిపోకండి. ఆహార నిద్రాదులతోనే పశుప్రాయంగా గడపడానికి ప్రాప్తించింది కాదు ఈ మానవ జన్మ. దుర్లభమైన మానవ జన్మను ప్రాప్తించుకొన్నావు కనుక ఇంద్రియ సుఖాలను తృణీకరించి భగవత్సాక్షాత్కారాన్ని, బ్రహ్మానందాన్ని పొందడానికి దీక్ష పూనాలి. భగవద్దర్శన ప్రయత్నంలో మృత్యువును ఎదుర్కోవలసి వచ్చినా బెదరిపోవద్దు. భక్తి, జ్ఞాన పారవశ్యం పొంది శాశ్వతమైన ఆనంద సామ్రాజ్యంలో అడుగిడే ప్రయత్నం చేయాలి.

భగవత్కృపను సముపార్జించడమే ఆధ్యాత్మిక జీవిత ముఖ్యోద్దేశం. భగవత్కృప అనే మారుతం సదా వీస్తూనే ఉంటుంది. మీ జీవన నౌకల తెరచాపలను పూర్తిగా విప్పి ఉంచాలి. లౌకిక భోగాలను వీడి పూర్తిగా భగవంతునికి ఆత్మార్పణం గావించుకోవాలి.

రాముణ్ణి, కాముణ్ణి ఏకకాలంలో కొలవలేవు. భగవంతుడు కావాలనుకొంటే నువ్వు ఇహలోక సౌఖ్యాలను విడిచిపెట్టాలి. కాబట్టి నీకు ఏం కావాలో ఇప్పుడే నిర్ణయించుకోవాలి. నీటిబుడగలా క్షణభంగురమూ, తుచ్ఛమూ అయిన సుఖాలతో కూడిన సంసారమా? లేక శాశ్వత బ్రహ్మానందమయమైన మోక్షమా? 'నాకేది ముఖ్యం?' అని నిన్ను నువ్వే ప్రశ్నించుకో. భగవంతుడే ఆప్తుడని భావించి, సమస్తమైన లౌకిక వాంఛలను ఆ పరమాత్మునికై పరిత్యజించే వ్యక్తికి భగవంతుడు అత్యంత సన్నిహితుడవుతాడు. అట్టి వ్యక్తిని ఆయన తన ప్రేమపాశాలతో బంధిస్తాడు. అందుకే భగవంతుని నీ వాడిగా భావించు. తల్లిని బిడ్డ చనువుగా అడిగేట్లు, 'నాకు దర్శనం ఇవ్వు సర్వేశ్వరా' అని అడుగు. భక్తుడు పరితపిస్తే భగవంతుడు కరుణించక మానడు. పరుగున వచ్చి ఒళ్ళోకి తీసుకొని లాలిస్తాడు. ఆహా! అప్పుడు ఎంత ఆనందంగా ఉంటుందో అనుభవించిన వ్యక్తికే ఎరుక. ఆ ఆనందంతో పోల్చిచూస్తే లోకులు ఆశించే ఈ సాంసారిక సుఖాలన్నీ నిస్సారం, నిరర్థకాలే. శ్రీరామకృష్ణులు, "భగవత్ప్రాప్తికై విషయ సుఖాలను త్యజించిన వ్యక్తికి జీవిత యాత్రలో మూడువంతులు ముగిసినట్లే" అనేవారు. కాని కోర్కెలను

విడవడం అంత తేలికా? పూర్వజన్మలో కఠోరమైన నియమనిష్ఠలను పాటించి భగవత్కృపాపాత్రుడై ఉండి ఉంటేనే ఈ జన్మలో విషయ సుఖాలను త్యజించడానికి మనోబలం చేకూరుతుంది. లౌకిక వాంఛ తలెత్తకుండా నీ మనస్సును పవిత్రీకరించుకో.

సర్వసంగ పరిత్యాగివై జీవితాన్ని భగవదంకితం చేసినప్పటికీ, నిష్కళంక జీవితం గడపడమన్నది ఎంతో కష్టసాధ్యం సుమా! అది యువకులైన మీరు అనుకొనేటంత సులభం మాత్రం కాదు, 'అసిధారా వ్రతమే'[1]. ఒర నుండి దూసిన పదునైన కత్తిపై నడకవంటిదది.

అఖండ బ్రహ్మచర్యమే ఆధ్యాత్మిక జీవన విజయం. ఈ అఖండ బ్రహ్మచర్యాన్ని పాటించడం పారమార్థిక చింతన లేకుంటే సాధ్యం కాదు. కామాదులతో, విషయసుఖాలతో కూడుకొన్న సంసార వలయంలో నువ్వు జీవించాలి. నూటికి తొంభై తొమ్మిది మంది కామాంధులై విషయసుఖాల వెంట పరుగులు పెట్టడం రోజూ నువ్వు కళ్ళారా చూస్తూనే ఉన్నావు కదా! అలాంటి పరిస్థితుల్లో

1. క్షురస్యధారా నిశితా దురత్యయా
దుర్గం పథస్తత్ కవయో వదంతి.
– కఠోపనిషత్తు 3-14

నీ మనస్సు కలుషితం కావడానికి ఎంతైనా అవకాశం ఉంది. కాబట్టి సదా సర్వవేళలా మంచి ఆలోచనలతో, సద్గ్రంథ పఠనంతో ఆత్మోన్నతికి దారితీసే ఉన్నత భావాలను మనస్సులో నింపుకోవాలి. భగవదారాధనకు, సాధు సాంగత్యానికి, సేవలకు, ధ్యానానికి కాలాన్ని సద్వినియోగం చెయ్యాలి. నిన్ను నీవు పవిత్రీకరించుకోవడానికి ఇదే సరైన మార్గం.

బ్రహ్మచర్యవ్రత నిష్ఠ అత్యుత్తమమైనది. అట్టి నిష్ఠాపరులకు సమస్తమూ ఒనగూరుతుంది. బ్రహ్మచర్య నిష్ఠ లుప్తమైతే భగవత్సాక్షాత్కారం అసాధ్యం. భగవత్సాక్షాత్కారంలోనే యథార్థమైన సౌఖ్యం ఇమిడి ఉంది. ఆ సౌఖ్యం పొందని మానవజీవితమే నిరర్థకం. కాబట్టి నాయనలారా! కొంత కృషి చేయమని నా మనవి. చేశారంటె శ్రద్ధాభక్తులు మీలో పెల్లుబుకుతాయి. భగవద్దర్శన మహాభాగ్యం మీరు పొందగలరు, శాశ్వతానందాన్ని అందుకొంటారు.



పూజ - ధ్యానం

శిష్యుడు : పూజ, ధ్యానం, బ్రహ్మచర్యం, స్వాధ్యాయం అనే సాధనాంశాలను గురించి మీరు ఇంతకు మునుపు తెలిపే ఉన్నారు. అయినా మరొకమారు పూజ అంటే ఏమిటో సెలవియ్యండి స్వామీ!

స్వామి : పూజ అంటే బాహ్యోపచారాలతో కూడుకొన్న ఆరాధన కావచ్చు, మానసికంగా ఆరాధించడమూ కావచ్చు. అయితే పూజలో కొన్ని బాహ్యోపచారాలు అవసరం. వాటిని యథావిధిగా సకాలంలో సమకూర్చుకోవడం కష్టం కూడ. మానసికమైన ఆరాధన, అదే మానసపూజ అయితే ఎంతో అనుకూలంగా ఉంటుంది. పూజావిధానంలో లాగానే ఇష్టదేవతకు అర్పించే ధూపదీపమాల్యాదులను మానసికంగా అర్పించి, ఆరాధించిన పిదప, ధ్యానం చేయాలి; మానసికంగా జపం చేయాలి. మానసిక జపం చేసేటప్పుడు పెదవులను ఏమాత్రం కదల్పక మంత్రాన్ని జపించాలి.

మామూలు జపంలో (ఉపాంశు జపం) మంత్రం పైకి వినబడకుండా ఉచ్చరించవలసి ఉంటుంది. కనుక పెదవుల కదలిక తప్పదు.

ధ్యానస్థితిలో నీ ఇష్టదేవత అంతటా వెలుగులు చిమ్ముతూ దేదీప్యమానంగా దర్శనం ఇస్తున్నట్లు భావించాలి. అంతేగాక ఇష్టదేవత సజీవంగా నీ ముందు ప్రత్యక్షమైనట్లు అనుకోవాలి. అలా అనుకొని ధ్యానం కొనసాగిస్తుంటె ఆ రూపం క్రమంగా మసగవేసిపోయి ఆ వెలుగుల్లో లీనమైపోతుంది.

ఆ తరువాత పరమాత్మ చేరువ అవుతున్నట్లు భాసిస్తుంది. క్రమంగా జ్ఞానదృష్టి నీలో వికసించగానే పరమాత్మని సాక్షాత్కారమే కలుగుతుంది. అప్పుడు ఆ లోకమే వేరు, అదో అద్భుతలోకం.

కళ్ళముందు కనిపించే ప్రపంచం దాని ముందు గడ్డిపోచకు కొరకాదు. మనస్సంతా లీనమైపోతుంది. అప్పుడు వికల్పసమాధి స్థితిని పొందుతావు. ఆ తరువాత నిర్వికల్ప సమాధి అనుభూతి; అఖండ ఐక్యానుభవం అన్నమాట. ఈ అనుభవం వర్ణనాతీతం, ఊహకు కూడా అందదు. దాన్నే అపరోక్షానుభూతి అంటారు. అది అఖండం, అనంతం, అప్రమేయం, అద్వితీయం.

ఈ స్థితిని చేరుకొన్నాక సాధకుడు ఈ మిథ్యా ప్రపంచానికి మనస్సును అంత తేలికగా దింపలేడు. ఇది ద్వైతాద్వైతాల రెండిటికీ అతీతమైంది. ఈ స్థితిని చేరుకొన్న కొందరు శరీరాన్ని నిరంతర ఆత్మానుభూతికి ఆటంకంగా పరిగణించి సమాధి స్థితిలోనే దాన్ని త్యజిస్తారు. 'కుండ పగులగొట్టు' సామెతలా.

ఈ పరమాత్మానుభూతి ఎలా ఉంటుందో తెలుపుతూ శ్రీరామకృష్ణులు ఒక చక్కని దృష్టాంతం చెప్పేవారు.

కొన్ని నీటి కడవలు ఉన్నాయనుకోండి. వాటన్నిటిలోను సూర్యుడు ప్రతిబింబిస్తున్నాడనుకొందాము. ఒక్కొక్క కడవను పగులకొడుతూపోతే మిగిలిన వాటిలో ప్రతిబింబిస్తూ ఉంటాడు. చివరి కడవను కూడ పగలు గొట్టినప్పుడు, ఇక మిగిలేది సూర్యుడే కదా! అదే విధంగా స్వయంజ్యోతిరూపుడైన పరమాత్మ మనస్సు, బుద్ధి అనే కడవలలో ప్రతిబింబిస్తున్నాడు. ఒకదాని వెంట ఒకటిగా ఆ కడవలను పగులగొడుతూ వెళ్ళు. అంటె బాహ్యస్మృతిని సూక్ష్మశరీరాన్ని కారణశరీరాన్ని దాటిపోవాలి. అప్పుడు సవికల్ప సమాధి స్థితి ఏర్పడుతుంది. ఆ స్థితి కలిగితేనే భగవంతుని దర్శించగలుగుతావు. కాని ఇక్కడ ద్వైతభావం ఉంటుంది. అంటె 'అహం' అనే భావన అన్నమాట. ఆ

అహంకారమనే కడవను కూడ పగులగొట్టావనుకో, అప్పుడు మిగిలేది ఏమిటి? బ్రహ్మం ఒక్కటే. అప్పుడిక చూసేవారెవరు? చూడబడే పదార్థం ఏమిటి? వర్ణింపబడేది ఏది? ఆలోచించు.

శిష్యుడు : స్వామీ! కొందరు ఇష్టదేవతను సర్వాంతర్యామిగా భావిస్తారు. అదీ ఒక ధ్యాన పద్ధతియేనా?

స్వామి : ఆ, ఔను. నిజంగా ప్రతి ఒక్కరూ ఈ ధ్యానాన్ని అవలంబించాలి. ప్రారంభంలో కాదు, ఆధ్యాత్మిక జీవితంలో కొంత అనుభవం సముపార్జించిన పిదపనే. భగవత్సాన్నిధ్యం, భగవదస్తిత్వం, సర్వం అనేవి అవగతం కావాలి. సగుణ సాకారమైన బ్రహ్మమే, నిర్గుణ నిరాకారంగా కూడ ఉంది. పరమేశ్వరుడు సర్వాంతర్యామి, సర్వభూతాంతరాత్మ. నేల, నీరు, కొండలు, కనుమలు, ఆకాశం, నక్షత్రాలు అంతటా నిండి ఉన్నాడు; వ్యాపించి ఉన్నాడు.

శిష్యుడు : గురుశుశ్రూష ఆత్మానుభూతికి ప్రధాన సాధనంగా శాస్త్రాలు చెబుతున్నాయి కదా! అది ఎంతవరకు నిజమంటారు స్వామీ?

స్వామి : ప్రారంభ దశలో అది అవసరం. క్రమ క్రమంగా సాధకుడికి అతడి మనస్సే గురువు అవుతుంది.

గురువును కేవల మానవమాత్రునిగా భావించకూడదు సుమా![1]

గురువు శరీరం ఈశ్వరాలయం. ఈ భావంతో గురువును పూజిస్తే, ఆయన పట్ల ప్రగాఢ విశ్వాసం కలుగుతుంది. పిదప అది మరింత పటిష్ఠమై, భగవద్భక్తిగా మారుతుంది.

సహస్రారంలో గురువును ధ్యానిస్తూ, గురువు రూపాన్ని ఇష్టదేవతా స్వరూపంలో లీనం చేయాలి. శ్రీరామకృష్ణులు ఇలా వివరించేవారు:

"దివ్యదర్శనంలో గురువు, శిష్యునికి ప్రత్యక్షమై ఇష్టదేవతను సూచించి ఈ విధంగా నిర్దేశిస్తాడు: 'అదుగో చూడు నీ ఇష్టదేవత...' అనగానే ఆతడు తన ఇష్టదేవతా స్వరూపంలో లీనమై పోతాడు."

నిజం చెప్పాలంటే గురువుకు, దైవానికి భేదం లేనే లేదు. అందుకే 'గురుర్బ్రహ్మా గురుర్విష్ణుః గురుర్దేవో మహేశ్వరః గురురేవ పరం బ్రహ్మ తస్మై శ్రీ గురవే నమః' అని చెప్పబడింది.

---

1. ఆచార్యం మాం విజానీయాన్నావమన్యేత కర్హిచిత్ ।
నమర్త్యబుద్ధ్యా సూయేత సర్వదేవమయో గురుః ॥
– శ్రీమద్భాగవతం, 11-17-27

అనేక దివ్యతత్త్వాలు, ఎన్నో భగవదనుభూతులు ఉన్నాయి. అదంతా ఇప్పుడే నీకు చెప్పడం సాధ్యం కాదు, నాయనా!

గట్టి పట్టుదలతో మోక్షసాధన అవలంభించు. ఆ సాధన వల్ల మనస్సు నిర్మలమవుతుంది. ఎన్నో అపురూప విషయాలు గ్రహించగలుగుతావు. భగవంతునిపై మనస్సును లగ్నం చెయ్యి. ఆ దేవదేవుని నీ హృదయాలయంలో ధ్యానింప ప్రయత్నించు. ఆ ఆలయం ఎటువంటిదో ప్రయత్నించినకొద్దీ నీకే బోధపడుతుంది.

శిష్యుడు : ధ్యానంలో అభిరుచి, ఆనందానుభూతి ఏమాత్రం జనించినా సాధకులకు ఆధ్యాత్మిక మార్గాన పురోగమించాలనే ఉత్సాహం ఇనుమడిస్తుంది కదండీ!

స్వామి : తప్పకుండా, కాని ఒక్కమాట. పరాకాష్ఠనందుకొన్న ఆధ్యాత్మిక స్థితిలో సంతోషంగాని, విచారంగాని, సుఖంగాని, దుఃఖంగాని, అస్తిత్వంగాని, నాస్తిత్వంగాని తోచవు. నువ్వనే సంతోషం సాధన దశలో కేవలం సహాయకారి మాత్రమే. గమ్యస్థానం చేరుకొనే వరకు పడవకు వాయువు అనుకూలంగా ఉంటే చాలు. గమ్యాన్ని చేరుకొన్నాక ఇక వాయువు అనుకూలంగా ఉన్నా ప్రతికూలంగా ఉన్నా ఒక్కటే. సంతోషం అనుకూల వాయువులా సాధకుని పురోగతికి తోడ్పడుతుంది.

జ్ఞాతృ జ్ఞాన జ్ఞేయాలు మూడూ బ్రహ్మపదార్థంలో లయిస్తాయి. అంతవరకే శాస్త్రాలు మనకు చెప్పగలవు. ఆ తరువాతి విషయం వర్ణించడం ఎవరితరం కావడంలేదు. ధ్యానాన్ని అవలంబించే వారికి మాత్రమే అది ప్రత్యక్షానుభవం. కారణం భగవంతుడు స్వసంవేద్యుడు కావడమే. అట్టి పరమాత్మను గురించి తెలియాలంటె స్వయంప్రజ్ఞ కావాలి. అంతటి ప్రజ్ఞ కలిగితేనే ఆత్మోద్ధరణ సాధ్యం.

భగవన్నిష్ఠ కలిగి జీవించడం మహానందదాయకం కదా! మహోల్లాసకరం కదా! జ్ఞానులకే ఆ అనుభూతి సాధ్యం. లోకంలో పైకి కనిపించే భగవంతుని నామరూపాలు ఆయన దివ్యావతార లీలలని వారెరుగుదురు. శ్రీకృష్ణుడు ఒకసారి భావపారవశ్యంలో నృత్యం చేస్తూ ఉంటె ఒక గోపిక చెలికత్తెతో, 'వేదాంత తత్త్వ నాట్యాభినయాన్ని చూడు' అందట. శ్రీకృష్ణుడే పరబ్రహ్మం, అఖండ నిర్వికార పరమాత్మ. ఆయన మానవుడిలా చిందులు వేయడం ఏమిటి? దీన్నొక తరహా ఆధ్యాత్మికానుభూతిగా పేర్కోవాలి.



ధ్యాన పోరాటం

శిష్యుడు : స్వామీ! ఎంత ప్రయత్నించినా నా మనస్సు స్థిరంగా ఉండడం లేదు. అది నిలకడగా ఉండాలంటే ఏం చేయాలి? దాన్నెలా నియంత్రించాలి? దయచేసి చెప్పండి.

స్వామి : నియమంగా జపధ్యానాదులు అనుష్ఠించడమే మార్గం. ఒక్కరోజు కూడ మానరాదు సుమా! అల్లరి పిల్లవాని వంటిది మనస్సు, నిమిషం ఊరకే ఉండదు. అందుకని నీ ఇష్టదైవంపై మనస్సును తరచు లగ్నం చేసి దాన్ని అదుపులో ఉంచడానికి ప్రయత్నించు. ఇలా చేయగా చేయగా నీకు భగవధ్యానంలో ఆసక్తి జనిస్తుంది, దాన్లో నిమగ్నుడవవుతావు. అలా రెండు మూడేళ్ళ పాటు సాధన సాగిస్తే అపరిమిత ఆనందాన్ని అనుభవించగలవు. అప్పుడు మనస్సు స్థిరపడుతుంది.

ప్రారంభ దశలో జపధ్యానాలు నిస్సారంగా, నీరసంగా కనిపిస్తాయి. చేదు ఔషధంలా వెగటు

అనిపిస్తుంది. బలవంతంగా భగవచ్చింతన అనే అరఖు (ద్రవరూప ఔషధం) నీ మనస్సుకు పట్టాలి. దీక్షబూని సాధన సాగించేకొద్దీ ఆనందం అతిశయిస్తుంది. పరీక్షలో ఉత్తీర్ణుడవడానికి విద్యార్థి ఎన్నిపాట్లు పడతాడో, మనస్సులో ఎంత బాధపడతాడో కదా! కాని అంత బాధను అనుభవించకుండానే భగవంతుని తెలుసుకోవచ్చు. ఎప్పుడంటావా? మనసారా భగవంతుని ప్రార్థించినప్పుడు.

శిష్యుడు : స్వామీ! మీ మాటలు మాకెంతో ప్రోత్సాహదాయకంగా ఉంటాయి. కాని నేనెంత ప్రయత్నించినా ఎలాంటి మనోవికాసం కానరావడం లేదు. అంతా ఏదో మిథ్యగా కానవస్తున్నది. నిరాశ నన్ను ఆవరించింది. ఏం చెయ్యమంటారు?

స్వామి : నేను అంగీకరించను. నిరాశకు తావు లేదు. భక్తి ఉన్నా లేకపోయినా జపం చేస్తే ఫలితం కనబడి తీరుతుంది. క్రమంగా భక్తి జనిస్తుంది. నియమం తప్పక సాధన కొనసాగించు; నీకు ఎంతో మనశ్శాంతి చేకూరుతుంది. అంతేకాదు, ధ్యానం వల్ల ఆరోగ్యం కూడ బాగుపడుతుంది. ఆరంభంలో ధ్యానం, మనస్సుతో పోరాడుతూన్నట్లు అనిపిస్తుంది. గట్టిగా ప్రయత్నించి చపల చిత్తాన్ని నియంత్రించాలి. దాన్ని భగవంతుని పాదారవిందాలపై నిలపాలి.

ప్రారంభదశలో ధ్యాన సమయాన మెదడుకు లేనిపోని ఒత్తిళ్ళు లేకుండా జాగరూకతతో ఉండాలి సుమా! నిదానంగా పురోగమించండి, క్రమంగా తీవ్రతరం చెయ్యండి. నియమపూర్వక సాధన వలన మనస్సు కుదుటపడి, నిలకడ చెంది ధ్యానం సులభతరమౌతుంది. అప్పుడు గంటల పర్యంతం ధ్యానంలో నిమగ్నుడవైనా నీకు ఏ ఇబ్బంది కనిపించదు.

గాఢనిద్ర నుంచి లేచాక అలసట తీరి మనశ్శరీరాలకు ఆహ్లాదం కలిగే రీతిలో ధ్యానానంతరం నీకెంతో హాయిగా ఉండటమేకాక అపరిమిత ఆనందాన్ని చవిచూస్తావు.

మనశ్శరీరాలు రెండూ పరస్పర సన్నిహిత సంబంధం కలిగి ఉన్నాయి. శరీరానికి బాధ కలిగితే, మనస్సుకు కూడ బాధ జనిస్తుంది. అందుకని శరీరారోగ్యాన్ని కాపాడు కోవాలంటే ఆహార విషయంలో ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలి.

సాధకుడు ఎన్నడూ కడుపారా తినరాదు, అర్ధాకలితో ఉండాలి; సగపాలే భుజించాలన్నమాట.

ధ్యానం అనుకొన్నంత తేలిక కాదు. మితిమీరి ఆరగిస్తే భుక్తాయాసం వల్ల మనస్సు అదుపు తప్పుతుంది. కామక్రోధాదులను నియంత్రించనిదే మనస్సుకి స్థిరత్వం

ఉండదు. పరిపరి విషయాలకోసం పరుగులెత్తే మనస్సుతో ధ్యానం కుదరదు; అలాంటప్పుడు ఎలా ధ్యానించగలవు?

అందుకే కఠోర నియమనిష్ఠలను పాటించాలి. నియమ నిష్ఠలంటే ఉగ్రమైన శారీరక తపశ్చర్యలు గాని, శారీరక హింసగాని కానే కాదు.

కామక్రోధాదులను జయించడమే నిజమైన తపస్సు. ('తపస్సు' అధ్యాయం చూడండి) ప్రబలమైన ఎలాటి కోర్కెనుగాని, ఉద్వేగాన్ని గాని తలెత్తనివ్వకూడదు.

ధర్మం, పరమార్థం అన్నవి నపుంసకుని కోసమో లేక కామాదుల నివారణకై శరీర జవసత్త్వాలుడిగిన వ్యక్తి కోసమో ఉద్దేశింపబడినవి కావని సదా గుర్తుంచుకో.

ధ్యానం చేయకుండా మనస్సును నిగ్రహించలేవు. నిగ్రహశక్తిలేని మనస్సుతో ధ్యానించనూ లేవు. 'మొదట మనస్సును నియంత్రింప నేర్వనివ్వండి, ధ్యానం సంగతి పిదప చూసుకోవచ్చులే' అనుకొన్నావో, పారమార్థిక జీవితానికి ఇక అసలు అంకురార్పణే జరగదని చెప్పాలి. అందుకే మనస్సును కుదుట పరచుకోవడం, ధ్యానించడం ఏకకాలంలో జరగాలి. అదే పద్ధతి.

ధ్యానానికి కూర్చునే ముందు మనస్సులోని ఉబలాటాలను, కోర్కెలను కేవలం కలలో విషయాలుగా భావించు. అవన్నీ వట్టివి, వాటికిక మనస్సులో స్థానం

ప్రారంభదశలో ధ్యాన సమయాన మెదడుకు లేనిపోని ఒత్తిళ్ళు లేకుండా జాగరూకతతో ఉండాలి సుమా! నిదానంగా పురోగమించండి, క్రమంగా తీవ్రతరం చెయ్యండి. నియమపూర్వక సాధన వలన మనస్సు కుదుటపడి, నిలకడ చెంది ధ్యానం సులభతరమౌతుంది. అప్పుడు గంటల పర్యంతం ధ్యానంలో నిమగ్నుడవైనా నీకు ఏ ఇబ్బంది కనిపించదు.

గాఢనిద్ర నుంచి లేచాక అలసట తీరి మనశ్శరీరాలకు ఆహ్లాదం కలిగే రీతిలో ధ్యానానంతరం నీకెంతో హాయిగా ఉండటమేకాక అపరిమిత ఆనందాన్ని చవిచూస్తావు.

మనశ్శరీరాలు రెండూ పరస్పర సన్నిహిత సంబంధం కలిగి ఉన్నాయి. శరీరానికి బాధ కలిగితే, మనస్సుకు కూడ బాధ జనిస్తుంది. అందుకని శరీరారోగ్యాన్ని కాపాడు కోవాలంటే ఆహార విషయంలో ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలి.

సాధకుడు ఎన్నడూ కడుపారా తినరాదు, అర్ధాకలితో ఉండాలి; సగపాలే భుజించాలన్నమాట.

ధ్యానం అనుకొన్నంత తేలిక కాదు. మితిమీరి ఆరగిస్తే భుక్తాయాసం వల్ల మనస్సు అదుపు తప్పుతుంది. కామక్రోధాదులను నియంత్రించనిదే మనస్సుకి స్థిరత్వం

ఉండదు. పరిపరి విషయాలకోసం పరుగులెత్తే మనస్సుతో ధ్యానం కుదరదు; అలాంటప్పుడు ఎలా ధ్యానించగలవు?

అందుకే కఠోర నియమనిష్ఠలను పాటించాలి. నియమ నిష్ఠలంటే ఉగ్రమైన శారీరక తపశ్చర్యలు గాని, శారీరక హింసగాని కానే కాదు.

కామక్రోధాదులను జయించడమే నిజమైన తపస్సు. ('తపస్సు' అధ్యాయం చూడండి) ప్రబలమైన ఎలాటి కోర్కెనుగాని, ఉద్వేగాన్ని గాని తలెత్తనివ్వకూడదు.

ధర్మం, పరమార్థం అన్నవి నపుంసకుని కోసమో లేక కామాదుల నివారణకై శరీర జవసత్త్వాలుడిగిన వ్యక్తి కోసమో ఉద్దేశింపబడినవి కావని సదా గుర్తుంచుకో.

ధ్యానం చేయకుండా మనస్సును నిగ్రహించలేవు. నిగ్రహశక్తిలేని మనస్సుతో ధ్యానించనూ లేవు. 'మొదట మనస్సును నియంత్రింప నేర్వనివ్వండి, ధ్యానం సంగతి పిదప చూసుకోవచ్చులే' అనుకొన్నావో, పారమార్థిక జీవితానికి ఇక అసలు అంకురార్పణే జరగదని చెప్పాలి. అందుకే మనస్సును కుదుట పరచుకోవడం, ధ్యానించడం ఏకకాలంలో జరగాలి. అదే పద్ధతి.

ధ్యానానికి కూర్చునే ముందు మనస్సులోని ఉబలాటాలను, కోర్కెలను కేవలం కలలో విషయాలుగా **భావించు** అవన్నీ వట్టివి, వాటికిక మనస్సులో స్థానం

లేదనుకో, వాటిని మనస్సులో చొరనివ్వకు. అప్పుడు నీ మనస్సు నిర్మలంగా ఉంటుంది.

ధ్యానంలో ఉన్నప్పుడు నువ్వు దివ్యతేజస్సును గాంచవచ్చు, లేదా ప్రణవనాదాన్ని ఆలకించవచ్చు. అలాంటి దివ్యానుభూతులెన్నో కలుగవచ్చు. అంతమాత్రాన వాటి పైనే నీ దృష్టిని కేంద్రీకరించరాదు. నువ్వు సక్రమ మార్గంలో ఉన్నావన్నందుకు అవి సూచనలు మాత్రమే, అంతకుమించి మరేమీ కావు.

భగవత్సాక్షాత్కారం పొందగోరితే పట్టుదలతో, ఓరిమితో సాధన సాగించు. సకాలంలో సాక్షాత్కారం లభిస్తుంది, భగవంతుడు నిన్ను అనుగ్రహిస్తాడు.

'తరుణం చూసి కాని తల్లి పక్షి గుడ్డును పొదుగదు' అనేవారు శ్రీరామకృష్ణులు. ఓర్పు ఉండాలి, తొందరపడి ప్రయోజనం లేదు. ప్రయత్నించాలి, వేచి ఉండాలి. ఎదురుచూడాలంటె ఎంతో ఓర్పు ఉండాలి కదా! లేకుంటె ఎంతో భారంగా తోస్తుంది. అట్టే ఆశ, ఇట్టే నిరాశ కలుగుతుంటాయి.

దుఃఖం, ఆనందం ఒకదాన్నొకటి వెన్నంటే ఉంటాయి. ఇలా రోజులు, నెలలు, ఏళ్ళు గడవగా భగవంతుడు సాక్షాత్కరిస్తాడు.



నీకు చేదోడు భగవంతుడే

స్వామి : నాయనా! నీ సాధనలు సక్రమంగా సాగుతున్నాయి కదా?

శిష్యుడు : అనుకొన్నంత బాగా సాగడం లేదు స్వామీ! సాధనల పట్ల ఆసక్తి అంతగా కలగడం లేదు. నాలోనే ఏదో లోటు ఉంది, అదేమిటో తెలియరాకున్నది. చాలా దిగులుగా ఉంది. నాలో సంస్కార దోషం ఏదైనా ఉందేమో? ఆ దోషం నా ఆధ్యాత్మిక వికాసానికి ఆటంకంగా ఉన్నదేమో మరి!

స్వామి : అలా భావించవద్దు నాయనా! అర్ధరాత్రి పూట జపం చెయ్యి. అప్పుడు సాధ్యం కాకుంటె, వేకువన ప్రయత్నించు. మంత్రపురశ్చరణ గావించు. అమూల్యమైన నీ కాలాన్ని ఇక ఎంతమాత్రమూ వృథా చేయకు. ధ్యానప్రార్థనలలో నిమగ్నుడవవు. ధైర్యోత్సాహాలతో సాధన అనుష్ఠిస్తేగాని పరమార్థ ద్వారం తెరచుకోదు.

సాధకుడు సూర్యాస్తమయానంతరం ఎక్కువగా భుజించరాదు. సాధారణంగా నువ్వు తినే ఆహారంలో మూడువంతులే తినడం మొదలుపెట్టు. క్రమంగా దాన్లో సగాన్ని తగ్గించు. మొదట్లో శరీరం ఒకింత బలహీనమైనట్లు తోస్తుంది. పోనుపోను అలవాటై చురుకుదనం కలగడమే కాకుండా పూర్తి ఆరోగ్యం కూడ లభిస్తుంది.

(ఆ తరువాత స్వామి తన సోదర శిష్యుల సాంగత్యంలో తాను జపతపాదులు అనుష్ఠించిన కాలవ్యవధి గురించి ముచ్చటిస్తూ, 'అప్పట్లో మేం 24 గంటలకు ఒక్కసారే తినేవారం' అన్నారు.)

స్వామి : సాధకుడు ఆధ్యాత్మిక మార్గం గురించి ఒక మహాత్ముని వద్ద ముందుగా నేర్చుకొని పిదప దాన్ని నియమబద్ధంగా అవలంబించాలి. అలా కాక ఏదో తనకు తోచినట్లు చేద్దామనుకొంటే అది సాగదు, పురోగతి చెందదు. దాన్ని మధ్యలో మానేసి తిరిగి మళ్ళీ మొదలు పెట్టాడనుకోండి; అప్పుడు రెట్టింపు శ్రమపడవలసి ఉంటుంది. కాని ఒక్కటి మాత్రం తథ్యం, చేసిన ప్రయత్నం వృథాపోదు. ఆధ్యాత్మిక సాధనలు అనుష్ఠించే వ్యక్తిని కామ క్రోధ లోభాదులు క్రమంగా విడిచిపెట్టేస్తాయి.

ఇప్పుడు నీ మనస్సు రజో తమో గుణాలచే ఆవరింపబడి ఉంది. అది పరిశుద్ధమై, సూక్ష్మమై, సాత్విక స్థితికి చేరుకోవాలి. అలా చేరాలంటే నువ్వు జపతపాదులు సక్రమంగా అనుష్ఠించాలి. అనుష్ఠించినప్పుడే అపూర్వానందాన్ని చవిచూడగలవు. అలాంటప్పుడు నువ్వు మరింత ఎక్కువ సమయం జపతపాలకై వినియోగింప నెంచుతావు. ఆ తరువాత మనస్సుకు పరిపక్వత చేకూరుతుంది. అప్పుడు ధ్యానం తప్ప ఇతరమైన దేన్నీ చేయబుద్ధి పుట్టదు.

ప్రస్తుతం మనస్సు స్థూలమై ఉన్నందున స్థూల విషయాల వెంట పరుగులెత్తుతుంది. మనస్సు శుద్ధమూ, సూక్ష్మమూ కాగానే ఆ శుద్ధబోధ స్వరూపుడైన పరమాత్మునికేసి మరలుతుంది. మనస్సు లేదా బుద్ధి సూక్ష్మం కాగానే దాని శక్తి వృద్ధి చెందుతుంది. అప్పుడు సాధకుడు సూక్ష్మమైన భగవత్తత్త్వాన్ని గ్రహింప అర్హుడౌతాడు.

ధ్యానానికి కూర్చున్నప్పుడు మొదట నీ మనస్సులో ఒక దేవతామూర్తిని ప్రతిష్ఠించుకో. ఆ తరువాత ధ్యానం ప్రారంభించు. అప్పుడు నీకెంతో ఉపశమనం కలుగుతుంది. లేకుంటె నీకు విసుగు జనిస్తుంది. నీ

ఇష్టదేవతా స్వరూపం చిరునవ్వులు చిందిస్తూ ఆనందమయమై ఉన్నట్లు భావించి ధ్యానించు.

ఇక కాలాన్ని ఎంతమాత్రమూ వ్యర్థం చేయకు. ఇప్పుడు నీ ఇంద్రియాలు పటిష్ఠంగా ఉన్నాయి. వాటినిప్పుడు నియంత్రించాలి. ఇది కష్టమే, సందేహం లేదు. కాని ధ్యానాన్ని ఏడెనిమిదేళ్ళ పర్యంతం నిరంతరం అభ్యసిస్తే నీ సాధన ఫలిస్తుంది. నువ్వు శాంత్యానందాల్ని విరివిగా పొందగలవు. అంతవరకు ఎందుకు, ఒక సంవత్సరం పాటు సాధన అనుష్ఠించినా అందుకు తగ్గ ఎంతో కొంత ఫలం దక్కకపోదు.

సాధన విషయంలో స్త్రీలు సత్వరం వికాసం పొందుతున్నారు. నువ్వూ ప్రయత్నించవచ్చు కదా! స్త్రీలకు పురుషులకంటె విశేష శ్రద్ధాభక్తులుంటాయి. అందుకే వారు స్వల్పకాలంలోనే సంకల్ప సిద్ధిని పొందుతున్నారు.

నా మాటపై విశ్వాసం ఉంచు. భగవంతుడు సదా నీకు అండగా ఉంటాడు. నువ్వు ఏ కొంత సాధన అనుష్ఠించినా ఆయనే నీకు చేయూతనిస్తాడు. బాధల నుంచీ, ఆపదల నుంచీ భగవంతుడే మనలను కాపాడుతున్నాడు. ఆయన దయ ఎల్లలెరుగనిది. దానిని గురించి ఎంత చెప్పినా కొంతే అవుతుంది.

ఈ తాత్త్విక విషయాల గురించి ఇంతవరకు మామూలుగా విన్నావు, అంతే. ఇకపై వాటిని ప్రత్యక్షంగా అనుభూతం చేసుకోనున్నావు. ఎంతో అధ్యయనం చేసి, వివేచన చేశావు. ఇప్పుడు ఏదో ఒక సాధనమార్గం అవలంబించు. భగవంతుని అనంత రూపాల్లో, కళల్లో నీకు బాగా ఇష్టమైన, నచ్చిన ఒక రూపం మీద నీకున్న భక్తీ, అనురక్తీ కుదురుకొంటే, ఆ భగవంతుని సమస్త రూపాల, కళలను ఆరాధించినట్లే అవుతుంది. అది నీకు ఎంతో ఆనందదాయకంగా పరిణమిస్తుంది.

జపం చేస్తూన్నప్పుడు ఇష్టదేవతా స్వరూపాన్నే ధ్యానించాలి. అది లుప్తమైతే ఆ జపమే నిష్ప్రయోజనం. ఇష్టదేవతా స్వరూపాన్ని సమగ్రంగా భావించలేనప్పుడు, ఒక భాగంపై మనస్సు లగ్నం చేసి ఆరాధించు. అంటే దేవత పాదారవిందాలపై నీ ధ్యానం ప్రారంభించు. ఆశించినంత ఫలం దక్కకపోయినా, విజయం చేకూరకున్నా ప్రయత్నం మానకు. ఎందుకు మానాలి? విజయం నిశ్చయం, సాధన అనుష్ఠిస్తే సకలమూ సులభమే.

అయితే ధ్యానం అంత సులభమైనదా? అని యోచించాలి. అది సమాధి స్థితికి క్రింది మెట్టని

మర్చిపోరాదు. భగవంతునిపై భారం వెయ్యి. పరిపూర్ణంగా ఆయనకు ఆత్మార్పణం గావించుకో. ధ్యానం కొనసాగేకొద్దీ నీలోని ఇతర సుగుణాలన్నీ వికాసం చెందుతాయి.

(రాబోయే అధ్యాయం చూడండి)



ధ్యానించడం ఎలా?

శిష్యుడు : నేనెలా ధ్యానం చేయాలో సెలవియ్యండి స్వామీ!

స్వామి : నీ ఇష్టదేవత పాదపద్మాలపై మనస్సును సుస్థిరంగా కేంద్రీకరించు.

శిష్యుడు : హృదయస్థానంలోనా? సహస్రారంలోనా ఏ కేంద్రంలో?

స్వామి : ధ్యానాన్ని ఈ రెండు కేంద్రాల్లోను ఆచరించవచ్చు. కాని మొదట హృదయాన్నే కేంద్రం చేసుకోవాలి. అదే నీకు శ్రేయస్కరం.

శిష్యుడు : స్వామీ! ధ్యాన విధానాన్ని సెలవియ్యండి.

స్వామి : హృదయ కమలాన్ని కేంద్రం చేసుకొని నీ ఇష్టదైవాన్ని ధ్యానించు. (ధ్యాన వివరాలు శిష్యుడు స్వయంగా గురువు ద్వారానే నేర్వాలి).

శిష్యుడు : కాని హృదయం రక్తమాంసభూయిష్టం కదా! అట్టి ప్రదేశంలో భగవద్ధ్యానమా స్వామీ?

స్వామి : శారీరక శాస్త్ర సంబంధిత హృదయం అని కాదు బాబూ! హృదయానికి చేరువన ఉండే అనాహతం ఆధ్యాత్మిక కేంద్రం, విశుద్ధచక్రస్థానంలో ధ్యానించాలి. ప్రారంభదశలో దేహభావనతో ఇష్టదైవాన్ని గురించి ధ్యానిస్తావు. కాని త్వరలోనే దేహస్ఫురణ కోల్పోయి, అంటె బాహ్యస్మృతి కోల్పోయి పరమానందమయమైన నీ ఇష్టదేవతా స్వరూపమే నీకు గోచరమవుతుంది.

శిష్యుడు : అంటె చిత్రపటాల్లోను, విగ్రహాల్లోను కనబడే స్వరూపాన్ని ఆరాధించవచ్చా?

స్వామి : చిత్రపటాలు, విగ్రహాలు సజీవ చైతన్యమయమై దీపించే నీ ఇష్టదైవస్వరూపాన్ని నీ మనస్సులో తలపింప చేయడానికి మాత్రమే సహకరిస్తాయి అని గుర్తుంచుకో.

శిష్యుడు : మంత్రార్థాన్ని ధ్యానించడమంటె ఏమిటి స్వామీ?

స్వామి : మంత్రార్థమా? అది భగవన్నామం. నీకో పేరు ఉంది కదా! ఆ పేరున నిన్ను పిలిచేటప్పుడు నీ రూపం కూడ నా మనస్సులో మెదలుతుంది. అదే విధంగా భగవద్ధ్యానం చేస్తూన్నప్పుడు మంత్రోచ్చారణతో బాటు ఇష్టదైవస్వరూపాన్ని కూడ ధ్యానించాలన్నమాట.

శిష్యుడు : మంత్రాన్ని మానసికంగా ఉచ్చరించాలా? లేక పైకి వినవచ్చేట్లు చెప్పాలా?

స్వామి : ఒంటరిగా అంటె ఏకాంతంగా ఉన్నప్పుడైతే పైకి వినబడేట్లు చెప్పవచ్చు. అలా కాని పక్షంలో మానసికంగా జపించవచ్చు.

శిష్యుడు : స్వామీ! ఇటీవల కొన్ని రోజులుగా ధ్యాన సమయంలో కళ్ళు మూసుకొన్నప్పుడు మంత్రాక్షరాలన్నీ మిలమిలా మెరుస్తూ కళ్ళ ఎదుట కనిపిస్తున్నాయి. అప్పుడు నాకు నా ఇష్టదేవతా స్వరూపం మరుగైపోతున్నది. ఏం చెయ్యాలి?

స్వామి : నీ ఇష్టదైవాన్ని నీ మనస్సు నుండి మరుగు కానివ్వరాదు. ధ్యానమూ, మంత్రజపమూ మేళవించి చేయాలి నాయనా! అయినా నీ మంత్ర అనుభవం నువ్వు సత్క్రమమార్గంలో ఉన్నావనే సూచిస్తూ ఉంది. అది శుభలక్షణమే. మంత్రం శబ్దబ్రహ్మం కదా!

శిష్యుడు : ఇష్టదేవతా ధ్యానం ఎలా ప్రారంభించాలి స్వామీ?

స్వామి : మొట్టమొదట ఇష్టదేవత పాదపద్మాలకు ప్రణమిల్లాలి. పిదప ధ్యానం మొదలుపెట్టాలి. ఇంతకు ముందు చెప్పినట్లు ధ్యానంతోబాటు జపం కూడ చేయాలి.

మంత్రం అనేది ఆధ్యాత్మిక శక్తితో కూడుకొన్నది. సాధన చేస్తూన్నకొద్దీ దాన్లోని ప్రభావం నీకు ప్రత్యక్షంగా అనుభవంలోకి వస్తుంది. (రాబోయే ప్రకరణం చూడండి)

శిష్యుడు : స్వామీ! భగవంతునిలో మనస్సు లగ్నం చేయడమంటే?

స్వామి : నియమం తప్పక ధ్యానించడం. వేకువజాము ధ్యానానికి అనువైన తరుణం. ధ్యానానికి ముందు భక్తి ప్రబోధకాలైన స్తోత్రాలు పఠించు. మనస్సును భగవంతునిపై నిలపడానికి ఈ పద్ధతి నీకు సహాయపడుతుంది. ధ్యానానంతరం కనీసం ఒక అరగంట సేపన్నా నిశ్చలంగా కూర్చో. ఎందుకంటే ధ్యాన సమయంలో నువ్వు ఆశించిన ఫలితం కలుగకపోవచ్చు. ధ్యానానంతరం నువ్వు విశ్రాంతిగా ఉన్నప్పుడు, నీ మనస్సు నిశ్చలంగా ఉన్నప్పుడే ఆధ్యాత్మికానుభవాలు అవగతమవుతాయి. కనుక ధ్యానం పూర్తికాగానే లోకాభిరామాయణంలో పడటం గాని, లౌకిక చింతనల్లో పడి కాలయాపన చేయడం గాని తగదు. అది ఎంతో హానికరం కూడ. గట్టిగా ప్రయత్నించి సాధన చెయ్యి. ఇష్టం లేకున్నప్పటికీ నీ సాధన క్రమాన్ని వీడకు. కేవలం యాంత్రికంగా, అనాలోచితంగా సాధన

అనుష్ఠించినప్పటికీ ఎంతో కొంత ప్రయోజనకరంగానే ఉంటుంది. నిత్యం జపానికి కనీసం రెండు గంటలైనా వినియోగించాలి. రమణీయ ప్రకృతిలో, ఏకాంతస్థలంలో ఏ ఆలోచనా లేకుండా ఊరకే కూర్చున్నప్పటికీ లాభదాయకమే.

శిష్యుడు : ఇష్టదేవతను గురించి ధ్యానం చేస్తున్నప్పుడు ఇతర దేవతామూర్తులు గోచరమైతే ఏం చేయాలి స్వామీ?

స్వామి : దాన్ని ఒక శుభలక్షణంగా ఎంచాలి. నీ ఇష్టదేవతే వివిధ రూపాల్లో గోచరిస్తూన్నట్లు గ్రహించాలి. ఏకమూ అనేకమూ కూడ ఆయనే అని అర్థం చేసుకోవాలి. నీ ఇష్టదైవాన్ని ధ్యానించే వేళ మరో రూపం కనుక గోచరమైతే ఆ దివ్యదర్శన భాగ్యం కలిగినందుకు సంతోషించాలి. క్రమంగా సమస్త రూపాలు, కళలు ఇష్టదైవ స్వరూపంలో లీనమౌతూన్నట్లు చూడగలవు.

అమావాస్య, పౌర్ణమి, అష్టమి, తదితర పర్వదినాలన్నీ సాధనకు అనుకూలమైన దినాలు. కాబట్టి అట్టి పర్వదినాలలో జపధ్యానాలకు మరింత సమయం వినియోగించు.

శిష్యుడు : స్వామీ! భగవద్ధ్యానానికి ముందు గురుపూజ చేయాలని శాస్త్రాలు వక్కాణిస్తున్నాయి కదా! గురుపూజా విధానం ఎలాంటిది స్వామీ?

స్వామి : గురువు, దైవం ఒక్కరేనని భావించి మొదట గురువును ధ్యానించు. తరువాత గురుస్వరూపాన్ని నీ ఇష్టదేవతా స్వరూపంలో లయం చేసి జపధ్యానాదులు కొనసాగించు. *(గత అధ్యాయం చివరన చూడండి)*

శిష్యుడు : స్వామీ! పితృసేవ చేయమని సదా మీరు వక్కాణిస్తూ ఉంటారు కదా! కాని సన్న్యాసినై మిమ్మల్ని సేవించుకోవడం అంతకంటె ఉత్తమం కదా!

స్వామి : కావచ్చు కాని కేవలం కాషాయవస్త్రధారణ మాత్రాన నువ్వు సన్న్యాసివి కాగలవా? వ్యాధిగ్రస్తుడైన నీ తండ్రికి సేవచేయడం నీ కర్తవ్యం. మొదట నీ కర్తవ్యాన్ని నిర్వర్తించు. దానితోబాటు నియమబద్ధమైన నీ సాధనలను కూడ కొనసాగించు. పితృసేవకూడ నీ ఆధ్యాత్మిక వికాసానికి చేదోడవుతుంది నాయనా!



నిష్కాపరుడవు కమ్ము!

స్వామి : నీకు ధ్యానంగాని, ప్రార్థనగాని చేసే అలవాటు ఉందా నాయనా?

శిష్యుడు : లేదు స్వామీ?

స్వామి : ప్రతి రోజు కొంత సమయాన్ని భగవత్పరమైన విషయాలకై వినియోగించడం మంచిది. భగవన్నామ జపం, సంకీర్తనం, ధ్యానం, మనోనిగ్రహం, మనశ్శాంతి వల్లనే సాధ్యపడతాయి. వీటిని మించి మరో మార్గం లేదు.

శిష్యుడు : ఆ ధ్యానాదుల ఆచరణ విధానం గురించి దయచేసి తెలుపండి స్వామీ?

స్వామి : నీ హృదయమనే గుహాలయంలో భగవంతుని ప్రతిష్ఠించుకొని ధ్యానం చెయ్యి. లేదా సర్వమయుని చిన్మయరూపం నీ ఎట్టఎదుట ఉన్నట్లు భావించి ధ్యానించు. అదే మానసపూజ.

ఆలయంలో అర్చకుడు ధూపదీప నైవేద్యాలు స్వామికి సమర్పిస్తూ ఏ రీతిలో పూజిస్తాడో అదే తీరులో నీ మనస్సున నిలిపిన అర్చామూర్తిని సేవించుకో. కాలాన్ని అనవసర విషయాలలో వ్యర్థం చేయకు.

ఈ రోజే, ఈ క్షణంలోనే పూజ ప్రారంభించు. ఉదయ సాయం సమయాల్లో జపధ్యానాదులు అనుష్ఠించు. కనీసం రెండేళ్ళపాటు సాధన చేస్తే మహదానందాన్ని పొందగలవు. భావపారవశ్యంలో మునిగిపోగలవు. జ్ఞానదృష్టిని సంతరించుకోగలవు. రెండేళ్ళ నిరంతర సాధన వల్ల కొంత ఫలితం తప్పక అందుతుంది. కొందరు ఒక్క ఏడాది వ్యవధిలోనే ఆశించినంత ఫలితాన్ని సాధించగలుగుతారు. అయినా సాధన మానరాదు.

కొంతకాలం గడిచాక ధ్యానాన్ని విడువలేనంతటి అనుబంధం పెనగొని తద్వారా అంతులేని ఆనందం కలుగుతుంది.

ధ్యానం వేళ కూర్చోడానికి ఒక ఆసనాన్ని అమర్చుకో. దాని మీద నిటారుగా కూర్చోవాలి. ఎడమ అరచేతి మీద కుడి అరచేతిని ఉంచి, ఆ చేతులను ఎత్తి హృదయం చేరువన నిలపాలి. పవిత్ర గ్రంథాలను చదువుతూ ఉండాలి. ధ్యానానికి కూర్చోగానే సాధన

ప్రారంభించరాదు. మొదట కాస్సేపు ఇతర భావాలనన్నిటిని వైదొలగించి మనస్సును భావరహితంగా, శుచి ప్రదేశంగా రూపొందించాలి. ఆ పిదపే ధ్యానం ఆరంభించాలి. మొదట్లో రెండేళ్ళపాటు ఇలా చేయడం కాస్త శ్రమగానే ఉంటుందిగాని పోనుపోను సులభతరమవుతుంది.

సమయం చిక్కినప్పుడల్లా ధ్యానం చేసుకోవచ్చు. పని ఒత్తిడి ఉన్న వేళ యథాశక్తిని ధ్యానించి, ఆ దేవదేవునకు ప్రణామాలర్పించు. ధ్యానం మాత్రం మానరాదు. ప్రత్యేక సందర్భాలలో, ఎంతో పనివల్ల తీరికలేని నాడు మాత్రమే ఈ క్షణకాల ప్రార్థన. అంతేకాని ఎప్పుడూ కాదు సుమా!

ధ్యానానికి కూర్చునే ముందు కాళ్ళు చేతులు ముఖం ప్రక్షాళన చేసుకో. సదా సత్యమే పలుకు. స్త్రీలనందరినీ జగన్మాతృ స్వరూపిణులుగా భావించాలి. ఈ రెండు నియమాలను ఎంతో జాగ్రత్తగా పాటించాలి. వీటిని పాటించగలిగితే ఇతర నియమాలన్నిటినీ అవలీలగా పాటించగలవు.

నీ మనస్సు భగవంతునిపై కేంద్రీకరించు. భగవంతుడు ఉన్నాడు. ఆయన ఉన్నాడా లేడా అని సందేహించకు. దేవుడు ఉన్నాడు. నా మాట విశ్వసించు.



భగవంతునిపై మనస్సు నిలుపు

మనస్సును సతతం భగవంతునిపై లగ్నం చెయ్యి. అప్పుడు నీలో ఉన్న దురాలోచనలన్నీ సమసిపోతాయి. నిత్యపూజకు విడిగా ఒక గదిని ఏర్పాటు చేసుకో. ఉదయ సాయంకాలాల్లో ఆ గదిని ఉపయోగించు. నియమానుసారం నిత్యం యథాశక్తి మేరకు జప ధ్యాన ప్రార్థనలు ఆచరించు. భగవత్పరమైన విషయాల్లో నువ్వెంత సమయం వినియోగిస్తే అది నీ జీవితానికి అంత ఫలప్రదమని తెలుసుకో.

నిస్సారమైన సాంసారిక విషయాలలో చిక్కుకుంటే, నీకు మనశ్శాంతి కరువవుతుంది. అందుకే తన అనంత కృపాకటాక్షంతో నిన్ను సన్మార్గగామిని చేయమని ఆ సర్వేశ్వరుని ప్రార్థిస్తున్నాను.

చూడు నాయనా! భగవద్ధ్యానం చేయనిదే నీకెన్నటికీ మనశ్శాంతి కలుగదు.

నిజమైన శ్రద్ధ భక్తి జ్ఞానం అనేవి ఎంతో కాలం నువ్వు నియమంగా చేసే సాధనకు ప్రతిఫలాలన్నమాట.

కొందరు నిలకడలేని వైరాగ్యంతో సాధనలు అనుష్ఠించి భగవత్కృపను పొందలేక, బ్రహ్మానందం లభ్యంకాక భగవద్విషయంలో సంశయాత్ములు అవుతూ ఉంటారు. అందుకు కారణం అలాంటి వారికి భగవద్విషయంలో నిజమైన, నిశ్చలమైన భక్తి, తాదాత్మ్యాలు కొరవడినవని తెలుసుకోవాలి. వారికి నియమబద్ధమైన సాధనానుష్ఠానం లేదని ఇప్పుడు స్పష్టమైంది కదా!

దివ్యప్రేమానురాగాలు చిగురించని మనస్సు శుష్కమై అశాంతి నొందుతుంది. భగవత్ప్రాప్తికై ఎంతగా పరితపిస్తావో చివరకు ఆ మేరకు శాంతి చేకూరుతుంది. 'సంతోషంగా నువ్వు దీక్ష పూనితే మధ్యన ఎన్ని ఆటంకాలు ఎదురైనా విజయం తప్పదు సుమా!' అనేవారు శ్రీరామకృష్ణులు. కాబట్టి సాధనల్లో నిమగ్నుడవై వాటిని దీక్షతో సాగించు, ప్రాణాపాయం వాటిల్లినా బెదరిపోవద్దు.

త్యాగాగ్ని రగుల్కొనిదే హృదయంలో భగవచ్చింతనను ప్రేరేపించడం సాధ్యం కాదు. ఈ త్యాగాగ్ని, వైరాగ్యాగ్ని అనేవి హృదయంలో ఎంతగా రగుల్కొంటే మనిషి అంతటి శాంతిని పొందగలగడం తథ్యం.

శ్రీరామకృష్ణులను మూర్తీభవించిన వివేక వైరాగ్యాలుగా మేం కళ్ళారా చూశాం. కాలక్రమాన ఆయన తత్త్వం మనకు విశేషంగా అవగతమవుతుంది.

చూడు నాయనా! నువ్వు అనుష్ఠిస్తున్న సాధనలను గోప్యంగా ఉంచాలే గాని, బయటకు వెల్లడించరాదు.

పరమార్థంగాని, అంతరార్థంగాని అంతరంగంలో ఉన్నవే గాని బాహ్యంలో లేవు.

భగవంతుడు అనంతుడు, అక్షయుడు అని తెలుసుకో. అందుకు దృష్టాంతాలే హిమాలయాలు, సాగరాలు, నీలాకాశమూ.

భగవంతుని పట్ల శ్రద్ధాభక్తులు జనించని నాడు, బ్రహ్మపదార్థంలోగాని, ఆముష్మికాదులలోగాని నీకు విశ్వాసం కలుగని నాడు నిజమైన శీలం రూపొందదు, నీ నడతకు కుదురు, గుర్తింపు ఉండవు.

గ్రంథ పఠనం చేసినంత మాత్రాన ఇంద్రియ నిగ్రహమూ, కామవిజయమూ చేకూరుతాయా? వట్టిది, అది గగన కుసుమం. కుండలినీశక్తి అధోగామియై ఉన్నంత వరకు మనస్సు నిమ్నస్థానాలకు సంబంధించిన విషయాలను పట్టుకొని ప్రాకులాడుతూ ఉంటుంది. కాని కుండలినీ శక్తి ఊర్ధ్వగామియైనప్పుడు మనస్సు ఆధ్యాత్మిక విషయాభిముఖంగా పయనిస్తుంది.

మనశ్శాంతి పొందుతూన్నకొద్దీ మనిషి భగవద్దర్శనోత్కంఠుడై భగవంతుని ధ్యానసంకీర్తనలలో విశేషంగా మగ్నుడై బ్రహ్మానందం గ్రోలుతూ ఉంటాడు.

సాధకుడు బుద్ధునిలా ధైర్యసాహసోపేతుడై ఉండాలి, నాయనా! ఆయన ఎంతటి అపూర్వ పరిత్యాగం ఒనరించాడు! భగవత్సాక్షాత్కారార్థం తన రాజ్యసుఖాలను అన్నిటినీ తృణప్రాయంగా విసర్జించాడు కదా! ఎంత కఠోర తపస్సు ఆచరించాడు. చివరికి ఎంత ఉగ్ర తపస్సు ఆచరించినా సాక్షాత్కారం కలుగకపోయేసరికి గయలోని పావన నీరాజనా నదిలో స్నానం ఆచరించి, “ఈ శరీరం శిథిలమైపోయినా సరే, ఆత్మబోధ జనించకుండా ఇక్కడ నుంచి కదలను” అని ప్రతిజ్ఞచేసి మరీ ధ్యానంలో నిమగ్నుడయ్యాడు. అంతే, జ్ఞానోదయమైంది.[1]



---

1. “ఇహాసనే శుష్యతు మే శరీరం
   త్వగస్థిమాంసం నిలయం చ యాతు
   అప్రాప్య బోధిం బహుజన్మ దుర్లభం
   నైవాసనాత్ కాయ మతశ్చలిష్యతే.”

చర్మం, ఎముకలు, మాంసానికి ఆవాసమైన నా ఈ శరీరం ఇక శుష్కించుగాక. ఎన్నో జన్మలకు దుర్లభమైన ఆత్మదర్శనం పొందనిదే ఈ శరీరం కదల్చబడదు.

భగవద్ధ్యానమే ధ్యేయం

శిష్యుడు : శ్రీరామకృష్ణ గురుదేవులు ఇంకా సజీవులై ఉన్నారనే భావిస్తున్నారా స్వామీ?

స్వామి : నీకేం మతిపోయిందా? లేకపోవడం ఏమిటి? ఆయన ప్రత్యక్షంగా లేకుంటే ఇల్లూ వాకిలీ వదలిపెట్టి మాకీ సన్న్యాసి బ్రతుకు ఎందుకు? ఆయన ఉన్నారు. హృదయపూర్వకంగా ఆయన్ను ప్రార్థించు. ఆయనను దర్శించాలని, ఆయన గురించి తెలుసుకోవాలని వేడుకో. నీ సమస్త సందేహాలు నివృత్తిచేసి తన నిజస్వరూపాన్ని నీకు చూపుతారు.

శిష్యుడు : అంటే, ఆయన ప్రత్యక్షమై మీకు దర్శనం ఇస్తారా, స్వామీ?

స్వామి : ఇస్తారు. అదే ఆయన దయ, నా భాగ్యం. ఆయన దయ అంటూ ఉంటే ఎవరైనా ఆయన్ను దర్శించుకోగలరు. కాని ఎందరికి ఆయన్ను

దర్శించుకోవాలని ఉందో, ఎందరికి ఆయనంటే ఇష్టమో మరి! అది ఉంటేగాని....

భగత్సాక్షాత్కారం పొందడమంటే మాటలు కాదు. శారీరక మానసిక ఆధ్యాత్మిక శక్తులు పరస్పర సామరస్యం చెంది వికాసం పొందకుంటే, ధర్మం, పారమార్థిక జీవితం అసంభవం. అందుకు వలసినది శ్రద్ధ, అఖండ శ్రద్ధ, శ్రద్ధావంతుడవైతేనే భగవద్దర్శన మహాభాగ్యం లభిస్తుంది.

శ్రద్ధ జనిస్తే, గవ్వకు కూడ గౌరవం దక్కుతుంది. శ్రద్ధ కొరవడినప్పుడు బంగారానికైనా భంగపాటు తప్పదు. భగవంతుని పట్ల విశ్వాసం లేనివాడికి అంతటా, అన్నిటా సంశయాలే ఎదురవుతాయి. విశ్వాసపూరితునకు నిస్సంశయంగా అన్నీ సమాధానాలుగానే తోస్తాయి.

సంసారం పట్ల వైరాగ్యం జనించనిదే శ్రద్ధాభక్తులు వికసించవు. వైరాగ్యం కలగాలి, భగవంతునిపై ధ్యాస నిలవాలి. అహంకారం వర్జించడమే వైరాగ్యం.

శిష్యుడు : స్వామీ! నేను ధ్యానంలో కూర్చున్నప్పుడు నా మనస్సు పరిపరి రీతుల్లో పరిభ్రమిస్తూ ఉంటుంది. ఈ చాంచల్యాన్ని అరికట్టడం ఎలా స్వామీ?

స్వామి : ప్రారంభంలో ఆ విధంగానే ఉంటుంది. గంగానదికి ఆటుపోట్లు ఉన్నట్లే మొదటి దశలో సాధకుని

పారమార్థిక మనోభావాలకూ ఆటుపోట్లు ఉంటాయి. కాని సాధన కొనసాగిస్తూ ఉంటే క్రమంగా ఇటువంటి ఒడుదుడుకులు ఎదురవకుండా నిరంతరం మనస్సు భగవంతుని వైపే పయనిస్తుంది.

కాబట్టి నీ చిత్తచాంచల్యాన్ని అరికట్టడానికి శ్రద్ధతో ప్రయత్నం చేయాలి. ఆ కిటుకు చెబుతా విను:

ఆసనం మీద కూర్చోగానే ధ్యానం ప్రారంభించవద్దు. బాహ్య వ్యవహారాల నుండి మనస్సును మరలించి ఇష్టదేవతా పావన చరణాలపై నిలిపి మానసికంగా జపధ్యానాలు అనుష్ఠించు. ఇలా కొంతకాలం సాగిస్తే మనస్సే పరిభ్రమించడం స్వయంగా మానేస్తుంది.

జపమార్గం గమ్యాన్ని చేరడానికి సులువైన విధానం. నిరంతర జప సాధనతో మనస్సు ప్రశాంతమవుతుంది; కించిత్తు కూడ చంచలం చెందక నిశ్చలమై భగవద్ధ్యానంలో లయిస్తుంది. కనుక సక్రమంగా జపం చేయడం, దానితో పాటు ఇష్టదేవతా ధ్యానం చేస్తూ ఉండమనే నా హితబోధ. జపధ్యానాల మేళవింపుతో సత్వరమే విజయం ఒనగూరుతుంది.

అచంచల దీక్షతో సదా సాధనలు కొనసాగించు. సాధన చేయని రోజు అంటూ ఏదీ ఉండకూడదు. ఇష్టం

ఉన్నా, లేకున్నా ఏమరుపాటులేక ఈ క్రమంతో కనీసం మూడేళ్ళపాటు సాధన కొనసాగిస్తే, నీలో భగవద్భక్తి పెంపొందుతుంది. విశేషమైన భగవత్ సాన్నిధ్యమూ ప్రాప్తిస్తుందని నొక్కివక్కాణిస్తున్నాను. అంతేకాదు, అప్పుడు నీ మనస్సుకు భగవత్ స్వరూపం తప్ప మరేదీ కనబడదు. దేనిమీదా ధ్యాసపోదు. అట్టి స్థితిలో సాధకుడు ఆధ్యాత్మిక జీవితం ఒసగే ఆనందాన్ని చవిచూడ గలుగుతాడు.

భక్తి లేనిదే ఏకాంతవాసం కుదరదు; ఆధ్యాత్మిక సాధనలు కొనసాగవు. ఏకాంతంలో ఉన్నప్పుడు భ్రమ ప్రమాదాలు ఎదురయ్యే అవకాశం లేకపోలేదు. అందుకోసమే ఒకే విధానం, ఒకే రకమైన మనోధోరణులున్న ఇద్దరు కలిసి జీవించాలి. అలాంటప్పుడు ఉభయులలో ఎవరికి ఎలాంటి పరిస్థితి ఎదురైనా, కాలుజారే ప్రమాదం తలెత్తినా పరస్పర సహాయ సహకారాలు అందుతాయి. ఇద్దరే కలిసి ఉండాలి, అంతకంటె ఎక్కువమంది ఉంటే పర్యవసానం గందరగోళమే. అందరూ ఒక చోట చేరితే లోకాభిరామాయణంలో దిగవచ్చు. ఆ వ్యర్థప్రసంగాలు ఉదాత్త ప్రవృత్తుల్ని, ఉన్నత ఆశయాలను వమ్ముచేయడమేగాక భగవంతుణ్ణి విస్మరింప దారితీస్తాయి.

తీవ్రసాధనలు అనుష్ఠిస్తూ ఉన్నప్పుడు ఆహారాన్ని కనిష్ఠ పరిమాణానికి తగ్గించాలి. కడుపార భుజిస్తే జపధ్యానాలు కుదరవు. నీకున్న శక్తిసామర్థ్యాలలో అధిక భాగం జీర్ణప్రక్రియలోనే వ్యయం కావడమే ఇందుకు కారణం. మనస్సు కలవరపాటు చెందుతుంది. అందుకే మితనిద్ర, మితాహారం గురించి భగవద్గీత అంతగా నొక్కి వక్కాణిస్తున్నది.

"మితిమీరి తినేవాడికి, అమితంగా ఉపవాసాలు ఆచరించేవాడికి యోగం లభించదు. మితిమీరి నిద్రించే వాడికి, అర్థంలేని జాగరణ చేసేవాడికి కూడ యోగం సాధ్యం కాదు."[1]

పవిత్రమైన ఈ మఠంలో సాధన నిమిత్తం ఎన్ని సదుపాయాలు కల్పించబడి ఉన్నవో గమనించు. అన్న వస్త్రాదుల గురించి మీరెలాంటి తాపత్రయం చెందనక్కర్లేదు. సర్వమూ సంసిద్ధమే. ఇక్కడే ఉంటూ జపధ్యానపరాయణుడవై మనస్ఫూర్తిగా సాధనచేస్తూ

---

1. నాత్యశ్నతస్తు యోగోస్తి నచైకాంత మనశ్నతః ।
న చాతి స్వప్న శీలస్య జాగ్రతోనైవ చార్జున. ॥
– *గీత 6.16*

జీవితాన్ని గడుపు నాయనా! ఊరకే దేశద్రిమ్మరిలా జీవించడం వల్ల ఏ ప్రయోజనమూ లేదు.

ఇటూ అటూ పరిభ్రమిస్తూ ఉన్నంతమాత్రాన ఋషివో మహాత్ముడవో కాగలననుకొంటున్నావా? పొరపాటు. ద్రిమ్మరివైనంత మాత్రం చేత ఋషివయ్యేవా? నిరంతర సాధన లేకుండా పారమార్థిక అనుభూతి లభించదు. కేవల పటాటోపంతో దేన్నీ సాధించలేవు. ఆ భగవదేచ్ఛ నీలో ఉండి ధ్యానపరాయణుడవు కావాలి, భగవత్ చింతనలో సంలీనమైపోవాలి సుమా!



సదా నామజపమే శరణ్యం

ఇంద్రియాలకు సంచాలనకర్తయైన మనస్సును మొట్టమొదట నియంత్రించాలి. ఆ తదుపరి మనస్సు బుద్ధిని ఆత్మలో లయింప చేయాలి. సాధుసాంగత్యం నెరపినప్పుడుగాని కామక్రోధాదులు తొలగిపోవు. అవి వైదొలగినట్లు అనిపించినా, సూక్ష్మరూపంలో ఉండనే ఉంటాయి. సమాధి స్థితిని పొందినప్పుడే ఆ సూక్ష్మం కూడ తొలగిపోవడం సంభవిస్తుంది. కనుక బాహ్యస్మృతిలో ఉన్నప్పుడు సదా మెలకువతో మసలుకోవాలి సుమా!

భగవంతుడు ఉన్నాడు. బ్రహ్మజ్ఞానం, పరమార్థం మిథ్య కాదు, యథార్థం. కేవలం జనాన్ని నైతికవర్తనులను చేయడానికీ, సాంఘికపరమైన కట్టుబాట్ల కోసమూ ఈ తత్త్వాలు నిర్దేశింపబడలేదు. నిజంగా దేవుడు ఉన్నాడు. భగవంతుడు నిత్యసత్యస్వరూపుడు. ఆయనను మనం దర్శించగలం. ఎప్పుడు? మనోనిగ్రహం సంతరించుకొని, ప్రశాంతచిత్తుడవై సుఖదుఃఖాదులనే ద్వంద్వాలను

సమానదృష్టితో చూడగలిగినప్పుడు. అందుకై వేకువ జామున, మధ్యాహ్న సమయాన, సంధ్యాసమయాన, నడిరేయి సమయంలో నియమనిష్ఠలతో ధ్యానం చేస్తూండాలి. అదే ధ్యానానికి సముచిత వేళలు. ఒక లక్ష్యం మీద నీ మనస్సును కేంద్రీకరించి, స్థిరచిత్తుడవై ఎలాంటి పరిస్థితులు తలెత్తినా నిష్ఠగా నీ సాధనలు అనుష్ఠిస్తూ ఉండాలి.

అనునిత్యం గీతలో ఒక అధ్యాయం పారాయణ చేయాలి. పనికిమాలిన తలంపులతో, తాపత్రయాలతో ఆందోళన చెందినప్పుడు గీత పారాయణ చేస్తే శాంతి చేకూరుతుంది, మనస్సు స్థిమితపడుతుంది. అనుభవ పూర్వకంగా చెబుతున్న మాట ఇది.

ప్రతి రోజు ఆత్మవిచారణకై కొంత సమయం వినియోగించు. నిన్ను నువ్వు ఇలా ప్రశ్నించుకో:

"ఈ లోకానికి నేనెందుకు వచ్చాను? నేను ఏ విధంగా జీవితం గడుపుతున్నాను? నిజంగా నాకు భగవంతునితో అవసరం ఉందా? ఆ భగవంతుని దివ్యదర్శనానికై నిజంగా ప్రయత్నిస్తున్నానా?" ఇలా ఆత్మ పరిశీలన చేసుకోవాలి.

ఎందుకంటే మనస్సు మనిషిని మోసం చేస్తూ ఉంటుంది. మనస్సుకు లోబడి మనిషి జీవించరాదు, అధీనుడు కారాదు; అందుకు మారుగా తానే దాన్ని లోబరచుకోవాలి, దానిని తాను శాసించగలగాలి. నువ్వు సత్యనిష్ఠను విడువరాదు. నీ హృదయం నిర్మలమై ఉండాలి. నిర్మలత్వం సంతరించుకొనేకొద్దీ నీ మనస్సు భగవంతుని వైపే మొగ్గుతూ ఉంటుంది. దీన్ని నువ్వు గమనించవచ్చు.

నీ మనస్సు నిన్ను అలవోకగా మోసగించి ఏ రీతిలో లోబరచుకొంటుందో కూడ నువ్వు గుర్తించగలుగుతావు.

నీ ఇంద్రియాలే నీకు శత్రువులు. అయినా నువ్వు వాటిని నియంత్రించ గలిగితే, అవి నీకు నేస్తాలవుతాయి. మరో విధంగా చెప్పాలంటే మనస్సే నీకు శత్రువు, మిత్రుడూను.[1]

---

1. ఉద్ధరేదాత్మ నాత్మానం ఆత్మానమవసాదయేత్ ।
ఆత్మైవ హ్యాత్మనో బంధురాత్మైవ రిపురాత్మనః ॥
– గీత 6.5

మానవుడు ఆత్మవలననే (ఆత్మను) తనను ఉద్ధరించుకోవాలి. కనుక ఆత్మను బలహీన మొనర్చుకోరాదు. ఎందుకంటె ఈ ఆత్మకు ఆత్మే బంధువు, ఆత్మే శత్రువు.

బన్ధురాత్మాత్మనస్తస్య యేనాత్మైవాత్మనా జితం ।
అనాత్మనస్తు శత్రుత్వే వర్తేతాత్మైవ శత్రువత్ ॥
– గీత 6.6

జపధ్యాన సాధనలలో నిమగ్నుడవవు. మనస్సు స్థూలమై ఉన్నందున స్థూల విషయాలనే పట్టుకుని ప్రాకులాడుతూ ఉంటుంది. కాని జపధ్యానాలు అనుష్ఠించిన కొద్దీ మనస్సు సూక్ష్మమై సూక్ష్మతత్త్వాలను గ్రహించ గలుగుతుంది.

సాధనలను కొనసాగిస్తూనే ఉండాలి. శారీరక పరంగా చేసే తపంకూడ కొద్దోగొప్పో మేలే ఒనగూరుస్తుంది.

అమావాస్య, ఏకాదశి తిథులలో ఒంటిపూట మాత్రమే భుజించాలి. వ్యర్థప్రసంగాలతో కాలక్షేపం చేయరాదు. సదా భగవంతుని మదిలో తలచుకోవాలి. నువ్వు తింటున్నా, కూర్చున్నా, లేచినా, పడుకొన్నా ఎల్లవేళలా ఏ పనిచేస్తున్నా భగవద్ధ్యానం మానరాదు. ఈ

→

(సవివేకమైన) ఆత్మ యొక్క తోడ్పాటుతో దేహేంద్రియ సంఘాతాన్ని లోబరచుకొన్న వ్యక్తికి ఈ ఆత్మ బంధువు. కాని లోబరచుకోని వ్యక్తికి ఈ ఆత్మే శత్రువై (బాహ్య) శత్రువులా వర్తిస్తుంది.

లోకము లన్నియున్ఁ గడియలోన జయించిన వా డవింద్రియా
నీకముఁ జిత్తమున్ గెలువనేరవు నిన్ను నిబద్ధుఁజేయు నీ
భీకర శత్రు లార్యుర(ప్రభిన్నులఁ జేసిన ప్రాణికోటిలో
నీకు విరోధి లేఁడొకఁడు నేర్పునఁ జూడుము దానవేశ్వరా!
– శ్రీమదాంధ్ర భాగవతం, ప్రహ్లాదచరిత్ర – 7.267

రీతిగా సాధన చేసినట్లయితే, ధ్యానానికి నువ్వు కూర్చోగానే నీ మనస్సు నీ ధ్యాస భగవంతునిపై లీనమౌతాయి. మనస్సు ధ్యానంలో మగ్నం కాగానే నీ హృదయం ఆనంద సరోవరమైపోతుంది.

వ్యర్థప్రసంగాలలోను, అనవసర వ్యవహారాలలోను నీ కాలాన్ని వృథా చేసుకోకు. అక్కరలేని మాటలు నీ శక్తిసామర్థ్యాలను దుర్వినియోగపరుస్తాయి. కనుక 'అప్రస్తుత ప్రసంగాన్ని విడిచిపెట్టు' అని ఉపనిషత్తు[1] బోధిస్తోంది.

ధ్యానం నిమిత్తమే నీ కాలాన్ని వినియోగించు. 'మనస్సును నాకు అర్పించు. నా భక్తుడవవు, నన్ను పూజించు, నాకు ప్రణమిల్లు' అని గీతాచార్యుని వాక్కు.

"నీ మనోశక్తిని ఎన్నడూ దుర్వినియోగపరచకు" అనేవారు శ్రీరామకృష్ణులు. నిరంతరం భగవంతుని స్మరించమని అది హెచ్చరిక.

లౌకికుడు తన ధ్యాసనంతా ధనం మీద పెట్టి అదెక్కడ ఖర్చయిపోతుందోనని ఎంతో జాగ్రత్తగా ఉంటాడు. కాని మనస్సును ఎంత దుర్వినియోగం చేస్తున్నాడో అతగాడు గ్రహించడు.

1. ఆత్మాన మన్యోవాచో విముంచథ – ముండకోపనిషత్తు
మన్మనా భవ మద్భక్తో మద్యాజీ మాం నమస్కురు.
– *గీత,* **9-34**

భగవత్సాక్షాత్కారానికి సతతం భగవత్స్మరణ చేయడం కంటె సులభమైనది, మహత్తరమైనది, అనువైనది మరొక సాధన లేదు.

అటువంటి సాధనే కుండలినీ శక్తిని మేల్కొల్పుతుంది. అప్పుడు ఒకదాని వెంట ఒకటిగా మాయావరణాలు తొలగిపోతాయి. నూతన దృష్టి ఏర్పడుతుంది. ఎంతటి అపురూప నిధి నీలో దాగుకొని ఉందో అప్పటికి నీకు తెలుస్తుంది. నీలోని దివ్యత్వం వికసిస్తుంది.

శ్రీరామకృష్ణులను ప్రార్థించు, ఆయన ఇంకా ఉన్నారు సుమా! మనసారా ప్రార్థిస్తే ఆయనే నీకు దారిచూపుతారు. 'నేను మీవాణ్ణి, మీరు నా వారు' అంటూ ఆయనలో నీ మనస్సు లయం చేయి.

సామాన్యంగా మనస్సు నదిలా పల్లం వైపుకే పయనించడం కద్దు; అంటే అధోగతిపాలవుతుంది. కామినీ కాంచనాల, పేరుప్రతిష్ఠల కోసం పరుగులు పెడుతూ ఉంటుంది. ఆ మనోగమనాన్ని మార్చాలి. మనస్సును ఉన్నత దిశకు మరలించాలి, భగవంతుని కేసి త్రిప్పాలి. శ్రీరామకృష్ణుల మనస్సు సదాసర్వవేళల ఇంద్రియాతీతమైన భూమిలో సంచరించేది. విశేషప్రయత్నం మీదగాని ఆయన మనస్సు సాధారణ బాహ్యజగత్తుకి దిగివచ్చేది కాదు.

జపం, జపం, జపం. ఏ పనిలో ఉన్నప్పటికీ సతతం జపం చేస్తూనే ఉండాలి. ఎన్ని పనుల్లో మునిగి ఉన్నా భగవన్నామమనే చక్రం ఆగక పరిభ్రమిస్తూనే ఉండాలి. అదే సాధన. దానితోనే సమస్త తాపత్రయాలు అణగిపోతాయి.

భగవన్నామాన్ని ఆశ్రయించి ఎందరు పాపాత్ములు పావనులయ్యారో, విముక్తులయ్యారో, దివ్యత్వం సంతరించుకొన్నారో తెలుసు కదా!

కనుక భగవంతునికి, భగవన్నామానికి ఉన్న మహిమను ప్రగాఢంగా విశ్వసించు. భగవంతునికి ఉన్నంత శక్తి ఆ నామానికి కూడ ఉన్నదని గ్రహించు. భక్తుని మనస్సే భగవంతుని నివాసస్థానమని గుర్తించు.

మనస్ఫూర్తిగా భగవంతుని, “దయతో నాకు శ్రద్ధాభక్తులు అనుగ్రహించు” అని ప్రార్థించు. నీ మనోవాక్కులు రెండూ ఏకమై ఉండాలి.

సమస్తాన్ని భగవత్స్వరూపంగా గాంచాలి. సకల జీవరాసుల్లోను పరమాత్మనే చూడగలగాలి. సర్వత్రా ఆ సర్వేశ్వరుని చూడగలగాలి. ‘తృణాదపి సునీచేన’ అన్నట్లు గడ్డిపోచకంటె కూడ వినమ్రత్వం సంతరించుకోవాలి. భగవత్కథలనే వినాలి. భగవంతుని కీర్తించాలి, భగవన్నామాన్నే జపించాలి. భగవద్గుణగానాదులు లేని చోటు నిశ్మశానం వంటిదిగా ఎంచి విడిచిపెట్టాలి.

భగవంతుడు సర్వులకూ ఆప్తుడు, అత్యంతాప్తుడు. ఆయన నీకెందుకు దర్శనం ఇవ్వడు? నీ హృదయం విప్పి ఆయన్ను వేడుకో. ఆయనే నీకు సరియైన మార్గం చూపుతాడు, ఆ దారిలో నిన్ను నడిపిస్తాడు. భగవన్నామం కంటె, ఆయన ధ్యానం కంటె మనలను పవిత్రులను చేసే మార్గం మరేది లేదు. భగవంతుడు మనవాడు. సులభంగా మనకు దర్శనం ఇస్తాడు. అందుకు రెండు మార్గాలు ఉన్నాయి.

దాన్లో మొదటిది భక్తిమార్గం, రెండవది జ్ఞానమార్గం. ఈ రెండూ భగవత్సాక్షాత్కారాన్ని చేకూర్చేవే. భక్తుడు భగవంతుని రూపం గాంచాలని ఆరాటపడతాడు. అందుకై స్తుతిస్తాడు, నామసంకీర్తన చేస్తాడు. ఆయన దివ్యస్వరూపాన్ని దర్శించగలుగుతాడు. ఒక్కొక్కప్పుడు ఆనందంతో మురిసిపోతాడు.[1]

---

1. వైకుంఠ చింతా వివర్జిత చేష్టుఁడై
యొక్కఁడు నేడుచు నొక్కచోట...
విష్ణుఁడింతియ కాని వేరొండు లేదని
యొత్తిలి నగుచుండు నొక్కచోట...
– శ్రీమద్భాగవతం, ప్రహ్లాదచరిత్ర 7.124

జ్ఞానమార్గావలంబులు ఆత్మజ్యోతిని అన్వేషిస్తారు. అంటే తనలో ఉన్న పరమాత్మను తెలుసుకో ప్రయత్నిస్తారు. ఆత్మసాక్షాత్కారాన్ని పొందుతారు. ఏ రీతిలోనైనా భక్తుడు, జ్ఞాని ఏకమవుతారు; గమ్యం చేరుకొంటారు.

జ్ఞానమార్గం అనుసరించినా, భక్తిమార్గం అనుసరించినా అజ్ఞానం నశిస్తుంది. జ్ఞానజ్యోతి, ఆ పరంజ్యోతి వెలుగు కనిపిస్తుంది. ఆ వెలుగుకు ఆవలనున్న దేమిటో, మరి ఆ పరమాత్మునికే ఎరుక. అది, ఇది అని ఉన్నదున్నట్లుగా చెప్పగలవారెవరూ!



మంత్రోపదేశం ఆవశ్యకమా?

శిష్యుడు : స్వామీ! మంత్రోపదేశం పుచ్చుకోవడం నిజంగా అవసరమంటారా?

స్వామి : అవసరమే. మంత్రోపదేశం లేక మంత్రదీక్ష పుచ్చుకోవడం ఆవశ్యకమే. మంత్ర సహాయం ఉన్నప్పుడే మనస్సును ఇష్టదేవతపై లగ్నం చేయడం సులభతరమౌతుంది. మంత్ర సహాయం లేనప్పుడు మనస్సుకు ఏకాగ్రత కుదురదు. అప్పుడు మనస్సు భగవద్భావం నుండి మరో భావానికి పరుగుపెడుతుంది. పరిపూర్ణ చిత్త ఏకాగ్రత అలవడనిదే ఆధ్యాత్మిక జీవితంలో ఏదీ సాధించలేము. కనుక ఈ విషయంలో గురువు సహాయం ఎంతో అవసరమని గుర్తుంచుకోవాలి.

తన మనస్తత్త్వానికి అనుగుణంగా ఇష్టదేవతను ఎంచుకొనే విషయంలో శిష్యునికి గురువు సహాయం ఉండాలి. అంతేకాదు, అనుకూలమైన మంత్రం ఉపదేశించాలి.

గురువు మాటపై అచంచల విశ్వాసం నిలిపి శిష్యుడు అనునిత్యం నియమపూర్వకంగా మంత్రజపం చేస్తూ, మంత్రార్థాన్ని ధ్యానిస్తూ ఉండాలి. అప్పుడే అతడికి మనశ్శాంతి లభిస్తుంది.

బ్రహ్మమార్గం దుర్గమమైనది. మనిషి ఎంతటి ధీమంతుడైనా, చతురుడైనా కూడ బ్రహ్మజ్ఞానియైన గురువు చేయూత లభించనిదే పురోగమించలేదు; పైగా పెడదారిన పడే ప్రమాదం కూడ ఉంది.



జపధ్యానాదుల నిర్ణీత క్రమం

ఆధ్యాత్మిక జీవిత ప్రారంభదశలో జపధ్యానాదుల నిమిత్తం ఒక నిర్ణీతక్రమాన్ని ఏర్పరచుకోవడం చాలా మంచిది.

జపధ్యాన పారాయణాదులకు ప్రతిరోజు కొంత సమయాన్ని కేటాయించడం అవసరం. మనస్సు సుముఖంగా ఉన్నా, లేకున్నా ఈ నిర్ణీత క్రమాన్ని యథావిధిగా కొనసాగించడం ఎంతో ముఖ్యం. అప్పుడే కుదురుగా అభ్యాసం చేయడం సాధ్యమౌతుంది.

బహుశా నీకిప్పుడు ధ్యానం అంతగా రుచించక పోవచ్చు, ఆనందదాయకం కాకపోవచ్చు. కాని అలవాటయ్యాక ధ్యానించకుంటే తోచదు సరికదా, ఏదో బాధ, లోటు అనిపిస్తుంది. ఆ స్థితికి నువ్వు చేరుకోగలిగితే, నువ్వు ఆధ్యాత్మిక మార్గంలో పురోగమిస్తున్నట్లు అది సూచిస్తుంది. ఆకలి వేసినా, నిద్రపట్టకపోయినా ఎవరికైనా బాధ, వ్యధ ఉంటుంది కదా! భగవత్ప్రాప్తి కలుగలేదే అని,

అదే విధంగా వ్యథ చెందితే, పరితపిస్తే అది నీకెంతో చేరువవుతుంది. ఆ అమృతమయుని అనుగ్రహం ఆశించి అమరుడవు కాగోరు నాయనా! అప్పుడు ఇక ఎక్కడున్నా, ఏం చేస్తూన్నా ఏ బాధా ఉండదు.

పరుసవేదిని తాకించి ఇనుమును బంగారంగా మార్చివేసిన పిదప ఆ బంగారాన్ని నేలలో పాతిపెట్టినా, పెట్టెలో ఉంచినా ఒక్కటే; అది చెక్కుచెదరదు. అది ఎన్నటికీ మెరుగు చెడని మేలిమి బంగారంగానే ఉండిపోతుంది.

"అద్వైత జ్ఞానాన్ని నీ కొంగున ముడివేసుకొని స్వేచ్ఛగా తిరుగు" అని చెప్పేవారు శ్రీరామకృష్ణులు. అంటే భక్తిజ్ఞానాలను సంతరించుకొన్న తరువాత, బ్రహ్మసాక్షాత్కారం పొందాక నువ్వు ఎలా జీవించినా, ఏం చేసినా సక్రమంగానే చేస్తావని గురుదేవుల అభిప్రాయం. ఆ స్థితిని చేరుకొన్న వ్యక్తి ఎన్నటికీ జీవితంలో తప్పటడుగు వెయ్యడని అంతరార్థం.

పారమార్థిక జీవితానికి ఎన్నో ఆటంకాలు, అడ్డంకులు. కనుక వాటిని తొలగించమని భగవంతుని వేడుకోవడం ముఖ్యం. భగవత్కృప నిమిత్తం నువ్వు ఎంతో తహతహలాడాలి.

మనిషి మనస్సును ఈ జన్మకు, గత జన్మకు సంబంధించిన పాపపుణ్య వాసనలెన్నో కమ్ముకొని ఉంటాయి. వాటితో పెనగులాడిన కొద్దీ, అవి మరింత బలీయమై, బిగుసుకుంటాయి. ఈ జన్మలోనే తన జీవిత ధ్యేయాన్ని మరువక, విడువక సదా ప్రయత్నిస్తూ సాధన కొనసాగించగలవాడే ఈ భవసాగరాన్ని దాటి, తరించగలడని గుర్తుంచుకో.

ప్రతి వ్యక్తిలోను రెండు ప్రవాహాలు పారుతూ ఉంటాయి. ఒకటి భగవంతుని వైపుగా, రెండవది సంసారం వైపుగా. వాటిని భావనాస్రవంతులంటారు. ఒక భావవాహిని నిన్ను త్యాగవైరాగ్య మార్గంలో భగవత్సన్నిధికి తీసుకుపోతుంది. రెండవది ప్రాపంచిక భోగాల కేసి లాగడానికి ప్రయత్నిస్తూ ఉంటుంది. ఈ రెండింటిలో ఏది వాంఛనీయమో ఎంచుకోవలసిన బాధ్యత మనదే. దైవత్వాన్ని నిరూపించుకోవడమా, పశుప్రాయంగా జీవించడమా? ఎంపిక చేసుకోవాలి.

సాంసారిక విషయాలు మోహ జనకాలు. నిగనిగ లాడుతూ, కళకళ్ళాడుతూ తమ పైమెరుగులతో మనిషి ఎదుట గోచరించి, మనస్సును ఆకట్టుకొంటాయి. అప్పుడు అంతకంటె యోగ్యమైన, మహత్తరమైన ఆనందం ఇచ్చే

విషయం ఏదైనా ఉంటుందా అనే ఆలోచనే మృగ్యమవుతుంది. ఉత్తమ పురుషార్థం గురించి వినవచ్చు. అయినా ఏం లాభం? భగవద్దర్శనం గాని, విషయోపభోగ ఆనందంగాని పొందగలమనే ఆధారం ఏం ఉందని తనలో తాను మథనపడుతూ ఉంటాడు; మనస్సుతో ఘర్షణ పడుతూ ఉంటాడు. నేటి సుఖాలను రేపటి ముక్తికోసం బలిపెట్టడం అతడికి అర్థరహితంగా తోస్తుంది. ఇలా తలపోసి ఎటూ తేల్చుకోలేక మరింతగా సంసార దావానలంలో చిక్కుకుంటాడు; తాపత్రయాలతో కుమిలిపోయి, జవసత్వాలు ఉడిగిపోయి, పడుచుతనపు బింకం అంతా చప్పగా చల్లారి, నిరాశాహతుడై మూఢత్వానికి చింతిస్తూ, మనశ్శాంతికోసం అప్పుడు పరితపించడం మొదలుపెడతాడు. పూర్తిగా బానిసై పోవడం వల్ల తన స్థితి నానాటికీ దిగజారడమేగాని, తాను ఆశించిన మనశ్శాంతి లభించదు. ఇక ఆ జన్మ అలా కడతేరవలసిందే...



తపస్సు అంటే?

శిష్యుడు : స్వామీ! తపస్సు అంటే ఏమిటి?

స్వామి : తపస్సులో అనేక విధాలున్నాయి నాయనా! పన్నెండేళ్ళ పర్యంతం కూర్చోనని, పరుండనని దీక్ష పూనిన వ్యక్తిని నేను చూశాను. నేను ఆ వ్యక్తిని కలుసుకునే సమయానికి అతడి దీక్ష సమాప్తమయ్యే తరుణం సమీపిస్తోంది. అప్పటికి నాలుగైదు నెలలు మాత్రమే మిగిలి ఉన్నవి. ఏకబిగిన అన్ని ఏళ్ళు నిలబడి ఉండటం వల్ల అతడి కాళ్ళు బోదకాళ్ళలా వాచిపోయి ఉన్నాయి. నిద్రపోవాలంటె త్రాటితో తనను పైకి వేలాడదీసుకొనే వాడట. చలికాలంలో రాత్రిళ్ళు కంఠం లోతు నీళ్ళలో నిలబడి తపస్సు చేసేవారు ఉన్నారు. వేసవిలో మండుటెండలో, నాలుగువైపులా అగ్నిరగిలించి నడుమ (పంచాగ్నితపం) తాముండి తపస్సు చేసేవారూ ఉన్నారు.

శిష్యుడు : తపస్సంటే అదేనా స్వామీ?

స్వామి : హరిహరీ! అది కాదు. మరుజన్మలో భాగ్యవంతులై జన్మించాలని, విశేష భోగాలు అనుభవించాలనే కోర్కెలతో, ఆశలతో కొందరు ఆ విధంగా కఠోర తపశ్చర్యలను అనుష్ఠించడం కద్దు.

శిష్యుడు : అలాంటప్పుడు వారి కోర్కెలు సిద్ధిస్తాయా స్వామీ?

స్వామి : అది పరమాత్మునికే ఎరుక.

శిష్యుడు : అలాంటప్పుడు నిజమైన తపస్సు ఎలా ఉండాలి?

స్వామి : నాయనా! దేహాన్ని నియంత్రించినంత సులభంగా మనస్సును నియంత్రించలేము. మనోనిగ్రహం విషయం పూర్తిగా వేరైనది. కామినీ కాంచన పరిత్యాగం, పేరుప్రతిష్ఠలకైన వ్యామోహాన్ని వదలిపెట్టడం ఎంతో కష్ట సాధ్యం. నిజమైన తపస్సు మూడు నియమాలపై ఆధారపడి ఉంది. దాన్లో మొదటిది సత్యనిష్ఠ లేదా సత్యాన్ని ఆశ్రయించడం. అది అన్నిటికీ మూలస్తంభం అన్న మాట. రెండవది బ్రహ్మచర్య నిష్ఠ లేదా కామవిజయం. ఇక మూడవది విషయవాంఛ పరిత్యాగం; మోజులూ, ఉబలాటాలూ త్యజించడమన్నమాట. ఈ మూడు నియమాలను పాటించడమే నిజమైన తపస్సు.

ఈ మూడింటిలో కామవిజయం ముఖ్యం. పన్నెండేళ్ళపాటు బ్రహ్మచర్య వ్రతదీక్ష పాటించిన వ్యక్తి అలవోకగా భగవత్ప్రాప్తిని పొందగలడు, పొందుతాడు అని మన శాస్త్రాలు ఉద్ఘోషిస్తున్నాయి. అయితే ఇది ఎంతో కష్టసాధ్యమైన అనుష్ఠానం. బ్రహ్మచర్యాన్ని పాటిస్తేనేగాని ధ్యానం సాధ్యం కాదని స్వానుభవపూర్వకంగా చెబుతున్నాను. విషయసుఖాపేక్ష సూక్ష్మాతిసూక్ష్మం. కాని దాన్ని నియంత్రించడం ఎంతో కష్టం.

కాబట్టి సాధకుడు స్త్రీల విషయంలో ఎంతో జాగ్రత్తగా వ్యవహరించాలి సుమా! బ్రహ్మచర్య దీక్ష మహత్తరమైన ఒకానొక మనోశక్తిని కలుగచేస్తుంది. సాధకుడు బ్రహ్మచర్యవ్రత ప్రతిష్ఠితుడైతే అతడికి సర్వత్రా భగవత్స్వరూపమే గోచరిస్తుంది.

కాని ఒక్క విషయం మాత్రం మరువరాదు; జపధ్యానాదులను అనుష్ఠించనిదే బ్రహ్మచర్య వ్రతాన్ని పాటించడం సాధ్యం కాదు.



మౌనవ్రతం ఆవశ్యకమా?

శిష్యుడు : స్వామీ! సాధకుడు పూజాధ్యాన అధ్యాయనాదులకై రోజులో ఎన్ని గంటలసేపు గడపాలి?

స్వామి : వీలుపడినంతసేపు గడపాలి నాయనా! కేవలం ధ్యానంలో గడపాలనుకొన్నవారు రోజుకి అధమ పక్షం పదహారు గంటలైనా గడపాలి. సాధన కొనసాగిస్తూన్నకొద్దీ ఈ కాలపరిమితిని హెచ్చిస్తూపోవాలి. మనస్సు అంతర్ముఖమై, ఆత్మ నిమగ్నమయ్యేకొద్దీ ధ్యానంలో ఆనందం పెంపొందుతుంది. సాధనలో రుచి పెరిగేకొద్దీ మరింతగా కొనసాగించాలనే కోర్కె ప్రబలమవుతుంది. అప్పుడు ఎంతసేపు ధ్యానించాలనే ప్రశ్న ఉదయించదు. నీ మనస్సే నీకు సమాధానం చెబుతుంది.

ఈ స్థితిని చేరుకోవడానికి మునుపు రోజులో మూడింట రెండుపాళ్ళు జపధ్యానాలకు కేటాయించాలి. తక్కిన సమయాన్ని శాస్త్రాధ్యయనానికి, గ్రంథ పారాయణాలకు, ఆత్మ విచారణ చర్చలకు వినియోగించాలి.

ఆత్మవిచారం ప్రగాఢం అయ్యేకొద్దీ నీ మనోస్థితి మరింత కుదుటపడి సూక్ష్మవిషయ వాంఛలను త్రోసిరాజన గలుగుతుంది. వ్రేళ్ళూనిన సూక్ష్మ వాంఛలను నువ్వు తొలగించుకోగలిగితేనే, నీ మనస్సు ప్రశాంతమైనప్పుడే నువ్వు యథార్థ ధ్యాననిమగ్నుడవు కాగలవు. జప ధ్యాన సాధనల వల్లనే నువ్వు ఆ స్థితిని అందుకోగలవు. మనస్సును పరిశుద్ధం చేసి ప్రశాంతత చేకూర్చడానికే నియమనిష్ఠలు ఉద్దేశింపబడ్డాయి. జపధ్యానాదులు అనుష్ఠిస్తూ ఉన్నప్పటికీ మనశ్శాంతి కలుగక, భగవదానందాన్ని పొందలేక పోతూన్నావంటే నువ్వు ఖచ్చితమైన పద్ధతిలో సాధనలు అనుష్ఠించడం లేదని గ్రహించాలి.

శిష్యుడు : ఒక్కోసారి ధ్యానం చేయ బుద్ధిపుట్టనప్పుడు నా కర్తవ్యం ఏమిటి? గ్రంథ పఠనం చేయాలా? ధ్యానం చేసి తీరాలి కనుక పంతంకొద్దీ ధ్యానం చేయవలసిందేనా?

స్వామి : శ్రమపడడం ఇష్టంలేక మనస్సు ఎదురు తిరుగుతూ ఉంటుంది; సతతం హాయిగా, విశ్రాంతిగా ఉండగోరుతుంది. అందుకని నువ్వు దేనినైనా సాధింపగోరితే వలసినంత ప్రయత్నం చేయాలి, మనస్సును నియంత్రించి ఉంచాలి. గంటల పర్యంతం

ధ్యానించడం కష్టంగా తోస్తే పక్కమీద పరుండి జపం చేసుకో. మనస్సును, ధ్యానాన్ని నీ చెప్పుచేతల్లో ఉంచుకోనేలా మలచుకోవాలి. మనస్సు ఒప్పుకోలేదని ధ్యానానికి స్వస్తిచెబుతావా? అలాంటప్పుడు నువ్వు ఎన్నటికీ ధ్యానాన్ని అలవరచుకోలేవు. మనస్సును ఢీకొనాలి, నిరంతర పోరాటం సాగించాలి. మనస్సు నీ అదుపు ఆజ్ఞలలో ఉండేటట్లు దాన్ని తెలివిగా నియంత్రించాలి. దీనినే ఆధ్యాత్మిక శిక్షణా విధానం అంటారు.

శిష్యుడు : అయితే ఈ విధమైన ధ్యానసాధన దశలో మౌనవ్రతం పాటించడం అవసరమా?

స్వామి : బలవంతంగా మౌనం పాటించడమూ, అర్థం పర్థంలేని అతివాగుడూ అనవసరమే. రెండూ హానికరాలే. మౌనధారణ వల్ల ప్రయోజనం ఏమిటి? నీ మనస్సును నియంత్రింప నేర్చుకో, అదే అవసరం. అనవసర ప్రసంగాల జోలికిపోక, పరమాత్మ యందు నీ మనస్సును లగ్నంచేయి. నిజమైన మౌనవ్రతం అంటే అదే. బలవంతాన తెచ్చిపెట్టుకొన్న మౌనం ప్రమాదభరితం సుమా!

శిష్యుడు : స్వామీ! స్వయంగా నేనుగా ఏదీ సాధించలేను. మీ పట్ల, భగవంతుని పట్ల శ్రద్ధాభక్తులు కలిగి ఉండాలని నన్ను ఆశీర్వదించండి. మీ అనుగ్రహం పొందాలని, దాన్ని నిలబెట్టుకోగలగాలని నన్ను దీవించండి.

స్వామి : నాయనా! ఆత్మవిశ్వాసాన్ని ఎన్నడూ కోల్పోవద్దు. భగవంతుడు నీకు సకలం చేకూరుస్తాడు. భగవంతుని పట్ల ప్రగాఢ విశ్వాసం కలిగివుండు. ఆయన నామజపం చేయి. ఆయనే నీకు మనోబలాన్ని ప్రసాదిస్తాడు. ఆందోళన చెందక, ఓర్పు వహించి, ఒడుపుగా ప్రయత్నించు. సాధనానుష్ఠానం కొనసాగించు. అప్పుడు భగవదనుగ్రహం తప్పక పొందగలవు. అమూల్యమైన కాలాన్ని అర్థంపర్థంలేని ఆలోచనలతో వ్యర్థంచేసుకోకు. మెట్ట వేదాంతాన్ని కట్టిపెట్టు. విషయవాంఛలను నీలో తలెత్తనివ్వకు; సత్ఫలితం అందుకొంటావు, భగవత్కృప పొందగలవు.



కుండలినీ ప్రబోధం

శిష్యుడు : కుండలినీ ప్రబోధమంటే ఏమిటి స్వామీ?

స్వామి : కుండలినీ ప్రబోధం లేక జాగృతం కావడానికి ప్రత్యేక సాధనలు ఉన్నాయని కొందరు అభిప్రాయపడుతున్నారు. జపధ్యానాల మూలంగానే కుండలినీ జాగృతమౌతుందని నా నమ్మకం. జపధ్యానాదులను మించిన సులభతరమైన [illegible]

ఈ తీరులో మనోశక్తి సామర్థ్యాలు నానా దారులబడి వ్యర్థం అవుతూ ఉంటాయి కనుక నలువంకలా చెదరిపోయిన

మేళవించి చేయాలి.

శిష్యుడు : ధ్యానం అంటే?

స్వామి : భగవతత్త్వాన్ని సాకారంగాగాని, నిరాకారంగాగాని భావించడమే ధ్యానం.

శిష్యుడు : భగవంతుని సాకారునిగానా లేక నిరాకారునిగానా ధ్యానించవలసిందని నిర్ణయించేది గురువేనా స్వామీ?

స్వామి : అవును. కాని కాలక్రమంలో మన మనస్సే స్వయంగా గురువు స్థానాన్ని అలంకరిస్తుంది. కొన్ని



సమయాల్లో మనస్సు భగవద్రూపాన్ని గురించి ఆలోచించడం ప్రారంభిస్తుంది. మరికొన్ని సమయాల్లో నిరాకార భావన మనస్సుకు రుచిస్తుంది. మానవ రూపంలో సర్వదా గురువు లభ్యం కాకపోవచ్చు. సాధన చేస్తూన్నకొద్దీ సాధకుని గ్రహణశక్తి పెరుగుతుంది. అప్పుడు అతడి మనస్సే స్వయంగా మార్గదర్శకత్వం వహిస్తుంది.

మనస్సు సదా దేహేంద్రియాలు, విషయ వ్యాపారాలతో సంబంధం కూర్చుకొని వాటికి లోబడి ఉంటుందని యోగవాసిష్ఠ రామాయణం ఉద్ఘోషిస్తోంది. ఈ తీరులో మనోశక్తి సామర్థ్యాలు నానా దారులబడి వ్యర్థం

జపధ్యానాదులను మించిన సులభతరమైన ఆధ్యాత్మిక సాధన మరొకటి [illegible]

ప్రసరింపచేయాలి. అదే సాధన, అదే తపస్సు.

భగవత్సాక్షాత్కారం పొందేవరకు మనస్సు యావత్తును ఆయనపై కేంద్రీకరించి ఉంచాలి. సాధన, తీవ్రసాధన చేయాలి. ఇప్పుడు నువ్వు యువకుడవు. సాధనకు అనువైన తరుణం. వయస్సు పెరిగేకొద్దీ శక్తి సామర్థ్యాలు ఉడిగిపోతాయి. కనుక నియమనిష్ఠలను పాటించు. ఈ క్షణంలోనే నీ పారమార్థిక జీవితానికి మనస్ఫూర్తితో నాంది పలుకు.

మనశ్శక్తి సామర్థ్యాలను అన్నిటినీ కూడదీసుకో. వాటిని భగవంతుని వైపు మరల్చు. అప్పుడు భగవంతుడు నీకు దర్శనం ఇస్తాడు. జపధ్యానాదులలో దేని మూలంగానైనా సరే సాధించు. ఇకపై ఊకదంపుడు ప్రశ్నలు అడక్కు. ముందు సాధన ప్రారంభించు. ప్రశ్నలు సందేహాలు తరువాత మాట.

శిష్యుడు : స్వామీ! కుండలినీ ప్రబోధం గురుకృపతో కలుగుతుందా?

స్వామి : గురుకృపతో సమస్తం సిద్ధిస్తుంది. బ్రహ్మజ్ఞానం సైతం. ఇక కుండలినీ ప్రబోధం మాట వేరేగా చెప్పాలా? కాని ఈ కృప సులభసాధ్యం కాదు. నువ్వు విశేషంగా కృషి చేయాలి. దీక్షతో ఏదో ఒక సాధన అనుష్ఠించు, నియమం తప్పబోకు. ఇతరమైన విషయాలు ఏవీ మనస్సులో చొరబడనీయకు. జపధ్యానాల గురించి నిర్దిష్టమైన ఒక ప్రణాళికను తయారుచేసుకో. మనస్సుకు నచ్చినా నచ్చకున్నా అకుంఠిత దీక్షతో సాధనను నిత్యకృత్యంగా, విధిగా భావించి నిర్వర్తించు. అదే నీకు శ్రేయస్కరం.



సాధనలో ఒకే నియమావళి వర్తించదు

సాధన విషయంలో ఎల్లరకూ ఒకే తీరు బోధనలు వర్తించవు. శిష్యుడి మనోభావాలను, వైఖరిని పరిశీలించి తదనుగుణంగా గురువు బోధించవలసి ఉంటుంది.

కొన్ని సర్వసామాన్య నియమాల గురించి తప్ప శిష్యుడు అవలంబించవలసిన ప్రత్యేక నియమావళి గురించి గురువు అందరి ముందు ఉపదేశించరాదు. శ్రీరామకృష్ణులు తమ ప్రతి శిష్యునికి ఏకాంతంలో అతడికి అవసరమైన ప్రత్యేక ఉపదేశాలను ఎలా గోప్యంగా బోధించేవారో స్వయంగా నేను చూశాను. అదే విధంగా శిష్యుడు కూడ తన సాధనల పరమైన సంశయాలను ఏకాంతంలోనే గురువుని అడిగి నివృత్తి చేసుకోవాలి.

ఆ సంగతి అలా ఉంచు. సర్వులూ సామాన్యంగా పాటించవలసిన కొన్ని నియమాలను తెలుపుతాను విను. మొదటిది: భగవంతుడు ఉన్నాడని ప్రగాఢ విశ్వాసం కలిగి ఉండాలి. భగవత్సాక్షాత్కారమే పరమ గమ్యమని

దృఢనిశ్చయంతో ఉండాలి. బ్రహ్మజ్ఞానం వలననే అమరత్వమూ, అఖండానందమూ పొందగలుగుతారు. ఆ పైన సమస్త సంశయాలు తొలగిపోతాయి.

రెండవది: బ్రహ్మచర్యం పాటించడం. కఠోర బ్రహ్మచర్యం పాటించనిదే పరమార్థ ప్రయోజనం ఒనగూరదు; పరమ పురుషార్థ సిద్ధికైన నియమావళినీ ఆచరించలేరు. 'మనశ్శరీర మస్తిష్క పోషణకు, వాటి పరిపూర్ణ వికాసానికి బ్రహ్మచర్యం అత్యవసరం.'

బ్రహ్మచర్యం పాటించే వ్యక్తిలో ఒక ఆధ్యాత్మిక నాడి పెంపొందుతుంది. అందువల్ల అతడి ధారణాశక్తి, ఆధ్యాత్మిక విషయ గ్రహణశక్తి, భగవద్విశ్వాసం పురోభివృద్ధి చెందుతాయి. ఇంద్రియాతీతమైన ఆధ్యాత్మిక తత్త్వాన్ని అతడు అనుభూతి చేసుకోగలడు. బ్రహ్మచర్యాశ్రమాన్ని గురించి మతాచార్యులు అంతగా నొక్కి వక్కాణించడానికి కారణం ఇదే.

మూడవది: ఆహార నియమం. తేలికగా జీర్ణమయ్యేది, పౌష్టికమైనది అయిన ఆహారాన్నే తీసుకోవాలి. ప్రాలుమాలును పురిగొల్పే, శరీరానికి సరిపడుతుందా లేక వికటిస్తుందా అనే సంశయంలో పడవేసే ఆహారాన్ని విడిచిపెట్టాలి. సూర్యాస్తమయ

అనంతరం స్వల్పంగా ఆహారం పుచ్చుకోవాలి. ధ్యానానికి అనువుగా ఉండటానికి మనస్సును ప్రశాంతంగా ఉంచుకోవాలి కదా! 'శరీర మాద్యం ఖలు ధర్మసాధనమ్' అన్నారు. అందుకు తగ్గట్లు ఆరోగ్యదాయకమైన ఆహారాన్నే స్వీకరించాలి. సాధన విషయంలో ఆరోగ్యం ఎంతో ముఖ్యం కదా!

నువ్వు అనుష్ఠిస్తున్న సాధనలను బాహాటం చేయకు; గోప్యంగా ఉంచు.

ప్రాతఃకాలం, సాయం సమయం, సంధ్యాకాలాలు, అర్ధరాత్రి ధ్యానప్రార్థనలకు ఎంతో అనువైనవి. పగటి వేళ అనేక చిత్త విక్షేపాలు కలుగుతుంటాయి; నిలకడ ఉండదు. రాత్రివేళ ప్రకృతి ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. అందుచేత రాత్రివేళ ధ్యానాదులకు ఎంతో అనుకూలంగా ఉంటుందంటారు. అర్ధరాత్రివేళ అయితే స్వల్ప ప్రయత్నంతోనే మనస్సు భగవంతుని మీద లగ్నమైపోతుంది.

శ్రీరామకృష్ణులు ఎన్నడూ రాత్రివేళలు నిద్రలో గడిపేవారు కాదు. అంతేకాదు తమ బాలక శిష్యులను సైతం ఎక్కువసేపు నిద్రపోనిచ్చేవారు కాదు. ఇతరులు నిద్రలో ఉన్నప్పుడు, ప్రశాంతమైన ఆ అవకాశం చూసి తమ శిష్యులను మేల్కొలిపేవారు. వారికి ప్రత్యేకమైన,

విశేషమైన ఉపదేశాలు చేసి పంచవటికిగాని, కాళికాలయానికి గాని, శివాలయాలకు గాని వెళ్ళి ధ్యానించమని పంపేవారు. గురూపదేశానుసారం వారు రాత్రంతా ప్రార్థనాదులతో గడిపి వచ్చి, పగటిపూట విశ్రాంతి తీసుకొనేవారు. ఈ తీరులో శ్రీరామకృష్ణులు శిష్యులచే సాధనలు అనుష్ఠింపచేసి వారిని కృతార్థులను గావించేవారు. "ముత్తెరగులవారు రాత్రిళ్ళు మేల్కొని ఉంటారు; వారే యోగులు. భోగులు, రోగులు. మీరందరూ యోగులు. కనుక రాత్రుళ్ళను మీరు నిద్రతో గడిపివేయరాదు" అని తరచు ఆయన చెప్పేవారు.

మీరు యువకులు, బ్రహ్మానందాన్ని చవిచూడవలసినవారు. తీవ్రంగా ప్రయత్నించండి, నాయనలారా!

ఒక్కమారు ఆ దివ్యానందాన్ని అనుభవించారంటే, ఆపైన మీకు భగవదేతర విషయాలన్నీ నిరర్థకంగా తోస్తాయి.



సాధనలో అంతరాయం కలిగితే?

శిష్యుడు : స్వామీ! కొందరు హృదయకుహరంలోను, మరికొందరు మస్తిష్కంలోని సహస్రారకమలంలోను అంతర్ముఖులై ధ్యానిస్తారు. కాని నాకు బహిర్ముఖమైన ధ్యానమే ఇష్టం. అంటే ఎట్టఎదుట మిమ్మల్ని చూస్తున్నట్టుగానే నా ఇష్టదైవాన్ని చూడాలని నా కోరిక. మీ దృష్టిలో సరి అయిన విధానం ఏదో సెలవియ్యండి స్వామీ!

స్వామి : ధ్యానం అన్నది సాధకుని వ్యక్తిగతమైన మనోభావాలను బట్టి ఉంటుంది. సామాన్యంగా హృదయాలయంలో ధ్యానించడమే ఉత్కృష్టమైనది. దేహమే దేవాలయమని, దాన్లో దైవం ప్రతిష్ఠితుడై ఉన్నాడని భావించు.

ధ్యానమూలమైన ఏకాగ్రత కుదిరినప్పుడు సాధకుడు ఏ ప్రదేశంలోనైనా భగవంతుణ్ణి ధ్యానించవచ్చు. ఏకాగ్రత అంటూ కలగాలి. అప్పుడు భగవంతుడు తన ప్రక్కన, తన వెనుక, హృదయస్థానంలో, లేదా మరేదో చోటనో

ఉన్నట్లుగా భావించి ధ్యానింపవచ్చు. మనస్సు ధ్యానంలో మగ్నమై ఉన్నప్పుడు మొట్టమొదట దివ్యజ్యోతి దర్శనం కలుగుతుంది. ఈ దివ్యదర్శనంతోపాటు వర్ణనాతీతమైన, విలక్షణమైన ఒకానొక ఆనందానుభవం కలిగి, మనస్సు ఆపైన దానిని విడిచి అవతలికి పోలేని స్థితి ఏర్పడుతుంది. కాని సాధకుడు తన సాధనాపథంలో పురోగమిస్తే ఇష్టదేవతారూపంతో మిళితమైన తేజో దర్శనం కలుగుతుంది. అంతట మనస్సు దాన్లో లీనమైపోతుంది.

ఒక్కొక్కప్పుడు సాధకుడు దీర్ఘ ప్రణవనాదానుభూతి పొందవచ్చు. మనస్సు అప్పుడు దానిలో లయిస్తుంది. చెప్పపూనుకొంటే దివ్యదర్శనాలు, దివ్యానుభూతులు కోకొల్లలు. నీ సాధనలో పురోగమించేకొద్దీ లెక్కలేనన్ని దివ్యానుభూతులు పొందగలవు.

దివ్యతేజస్సును చూడగానే కొందరు భగవత్ప్రాప్తి పొందామని భావిస్తారు. అది భ్రమ మాత్రమే; అలా పొరబడకండి. సమస్త ద్వంద్వాతీతమైన నిర్వికల్ప సమాధి స్థితిని పొందాలి. కొందరు నిర్వికల్ప సమాధి స్థితిని ఆత్మానుభూతికి పరమావధిగా భావిస్తారుగాని, దానిని ప్రారంభ దశగా నేను పరిగణిస్తాను.

శిష్యుడు : సామాన్యంగా కొంత వికాసం కలిగాక మనస్సు ఆ మీదట పురోగమింప విరమిస్తుందనుకొంటాను. అందుకు కారణం ఏమై ఉంటుంది స్వామీ?

స్వామి : అది మనోదౌర్బల్య లక్షణం. మనోశక్తి స్వయంగా పరిమితం. కాని అందరూ ఒకే పరిమిత మనోశక్తిని కలిగి ఉండరు. అయితే దానిని పెంపొందించుకోవచ్చు. బ్రహ్మచర్యం పాటించినందున మనోశక్తి వికాసం పొందుతుందని శ్రీరామకృష్ణులు చెప్పేవారు. అటువంటి మనస్సు కామక్రోధాదులకు అతీతమై ఉంటుంది. కామక్రోధాదులు ఆ మనస్సుకు తృణప్రాయమైనవి.

ఆత్మవికాస మార్గాన అనేక అంతరాయాలు కలుగవచ్చు. దుష్టశక్తులు కొన్ని నీ వికాసాన్ని నిరోధించవచ్చు. అందుకే ముద్ర, భూతశుద్ధి మొదలైన విధులు పూజాకలాపంలో పేర్కొబడ్డాయి.

శిష్యుడు : స్వామీ! మీరు మమ్మల్ని పిలిచి మా ఆత్మవికాసాన్ని గురించి బోధిస్తూ, మా ఇబ్బందుల గురించి విచారిస్తూ, మా పురోగతిని సూచిస్తూ మాకు ఇంతగా స్ఫూర్తిని కలిగిస్తున్నారు కదా! ఇందువల్ల మీకు....?

స్వామి : ఆ అదే, చూశావా, నా ఆలోచన ఎప్పుడూ ఒకే తీరుగా ఉండదు. ఒక్కోసారి సాధనలు సాగించమని మిమ్మల్ని బ్రతిమాలుకోవాలనిపిస్తుంది. మధ్య నేనెవరిని? భగవంతుడే కార్యం, కారణం, కర్త, ఉపకరణమూ అని కొన్నివేళల తోస్తూంటుంది. అన్నీ భగవంతుడే, అన్ని రూపాలూ ఆయనవే అనిపిస్తుంది. అలాంటప్పుడు ఎవరికి బోధించాలి? అయినా బోధించడానికి నేనెవరిని? వాళ్ళు నా బోధనలనెందుకు వినాలి? అనిపిస్తూ ఉంటుంది. కాని, నాయనా! నీకు తెలుసో లేదో, భగవత్ప్రేరణ కలుగగానే చెప్పవలసినవారు చెప్పడం, వినవలసినవారు విని ఆచరించడం జరిగి తీరుతుంది. అదే భగవంతుని వైచిత్ర్యం.

శిష్యుడు : స్వామీ! అనుగ్రహం కలగాలంటే కూడ కారణం ఏదో ఉండి ఉండాలి కదా!

స్వామి : భగవదనుగ్రహమనే పవనం సదా వీస్తూనే ఉంటుంది. నువ్వు తెరచాపలను పూర్తిగా విప్పి తయారై ఉండాలి అనేవారు శ్రీరామకృష్ణులు. ఆయన ఇంకా ఇలా అనేవారు: 'ఉక్కపోస్తున్నప్పుడు విసనకర్ర కావాలి కాని చల్లగాలులు వీస్తూన్నప్పుడు విసనకర్ర అవసరం ఉండదు.'

శిష్యుడు : సాధకునికి తన అనుభవాలు దివ్యానుభూతులో లేక మనోభ్రాంతులో తెలుసుకోవడం ఎట్లా స్వామీ?

స్వామి : నిజమైన దివ్యదర్శనం శాశ్వతానంద దాయకం. అది వారివారి మనస్సుకే గోచరిస్తుంది.

శిష్యుడు : స్వామీ! పూజాకలాపంలో ముద్రాది క్రియలవల్ల కలిగే ప్రయోజనం ఏమిటో సెలవియ్యండి.

స్వామి : పారమార్థిక జీవన ఆరంభ దశలో అవి విశేష సహాయకారులు నాయనా! సాధకుని పురోగతిని నిరోధించే దుష్ట బాహ్యశక్తుల నిర్మూలనకు అవి తోడ్పడతాయి.

ధ్యానానికి కూర్చునే ముందు నీ మనస్సు ప్రశాంతంగా ఉంటూనే, మరుక్షణంలో దురాలోచనలు నీ మనస్సును పెనగొని అశాంతికి గురిచేస్తాయి. నేను ఒకప్పుడు ఇలాంటి బాధకు లోనయ్యాను. శ్రీరామకృష్ణులు అప్పుడు కాస్తదూరం నుంచి చూసి నా మనోస్థితిని గ్రహించి వెంటనే నా వద్దకు వచ్చి, "నిన్ను ఏదో కలవరపెడుతూ ఉన్నట్లుగా ఉంది" అంటూ నా నాలుక మీద ఏదో వ్రాసి ఏవో అస్పష్టంగా ఉచ్చరించారు. అంతే, నేనా బాధనుండి బయటపడ్డాను. సాధకుడు పురోగమనం చెందితే ఈ దుష్టశక్తులు, వాటి ప్రభావాలు అతణ్ణి ఏమీ చేయలేవు.

శిష్యుడు : అంతటి ఏకాగ్రచిత్తంతో జీవితం గడపడం కష్టమే స్వామీ!

స్వామి : కష్టం అనుకొని మానరాదు. పదేపదే ప్రయత్నించాలి. సాధన చేయాలి. సాధనలను అనుష్ఠిస్తే సాధ్యం కానిది ఏదీ ఉండదు, నాయనా!



ప్రాణాయామం

భక్తుడు : మేం విశ్వవిద్యాలయ విద్యార్థులం. మా విద్యార్థి లోకానికి మీ సందేశం ఏమిటి స్వామీ?

స్వామి: నాయనలారా! మీరు సదా సత్యసంధులై, బ్రహ్మచర్యాన్ని సక్రమంగా అవలంబించండి. ఇదే నా ఉపదేశం.

భక్తుడు : మేం ప్రాణాయామం అభ్యసిస్తున్నాము. దాన్ని కొనసాగించవచ్చునా స్వామీ?

స్వామి : వద్దు. ప్రాణాయామ సాధనలు స్వయంగా ఆచరించరాదు. అవి అపాయాన్ని కలిగించగలవు. మీరు భగవనామాన్ని స్మరించండి, అదే చాలు. ప్రాణాయామం మూలంగా కొన్ని ప్రమాదాలు వాటిల్లవచ్చు. అట్టి ప్రమాదాలకు లోనుకాకుండా, చిత్తైకాగ్రతకు వలసిన కుంభకస్థితిని జపధ్యాన సాధన వల్లనే మీరు పొందవచ్చు. జపం చేస్తూ ఉండటం వలన క్రమంగా మీ శ్వాస అత్యంత సూక్ష్మస్థితి పొంది, ప్రాణశక్తి మీకు సహజ మార్గాన వశమవుతుంది. అది చాలు.

మనస్సును నియంత్రించడం ఎలా?

శిష్యుడు : మనస్సును నియంత్రించడం ఎలాగో సెలవియ్యండి స్వామీ?

స్వామి : సక్రమమైన సాధన ద్వారా మనస్సును భగవంతునిపై లగ్నం చేయాలి. తలవకూడని విషయాలు, భగవదేతర విషయాలు, కలతలు మనస్సులో ప్రవేశించకుండా సదా జాగరూకుడవై ఉండాలి. అలాంటి విషయాలు మనస్సులో జొరబడాలని ప్రయత్నించే వేళ, మనస్సును భగవంతునిపై కేంద్రీకరించి, భగవద్ధ్యానంతో దాన్ని నింపివేయాలి. అలాంటి సాధనలు అనుష్ఠిస్తే మనస్సును కొంత మేరకు నియంత్రించగలిగి ప్రశాంతత చేకూరుతుంది. నువ్వు నిస్సహాయుడవనీ, ఏకాకివనీ, భగవంతుడొక్కడే శరణ్యమనీ, వేరే గత్యంతరం ఏదీ లేదనీ అనుభవపూర్వకంగా ఎరిగినప్పుడు గాని, నీలో భగవద్భక్తి జనించదు.

నిరంతరం జపం ఆచరించు. నీ ప్రతి నిశ్వాసం జపంతో కూడినదై ఉండాలి. సాధన వల్ల జపం చేయడమన్నది నీకు వంటబట్టిపోతుంది. జపం చేయడం క్రమంగా నీ స్వభావగుణంగా మారిపోతుంది. ఏ పనిలో ఉన్నా అప్రయత్నంగానే భగవన్నామం ఉచ్చరిస్తూ ఉండటం సంభవిస్తుంది. నిద్రించబోయే ముందుగాని, మేల్కొనేటప్పుడుగాని నామజపం కొనసాగుతూనే ఉంటుంది.

భగవత్ప్రాప్తి, ఆయన దివ్యరూప సాక్షాత్కారమూ, ఆయనతో సంభాషించడమూ అన్నీ సాధ్యపడటం తథ్యం అని గ్రహించు.

పైన పేర్కొన్న సాధనలు అనుష్ఠించు. నీ సంకల్పం తప్పక నెరవేరుతుంది, అపూర్వమైన అనుభూతులు పొందగలవు. అద్భుతమైన మనోహర దృశ్యాలు ఎన్నిటినో కాంచగలవు. భగవంతుని వివిధ కళలను, నానా దివ్యరూపాలను నువ్వు దర్శించగలవు. ఆ తేజోపుంజాన్ని, ఆ అఖండ జ్యోతిస్వరూపుని దర్శనం పొందగలవు. ఆ బ్రహ్మానుభూతి వర్ణనాతీతం. అది ఓ వికాసం, ఓ వెల్లువ.

కనుక సాధనలలో నిమగ్నుడవవు. ప్రగాఢ విశ్వాసంతో నామజపం కొనసాగించు. నీ మనస్సు, నీ

ఆలోచన ఆ అఖండ సచ్చిదానంద స్వరూపుని మీదనే కేంద్రీకృతం కావాలి.

అందరి పట్ల ప్రేమ సానుభూతులతో మెలగడం నేర్వాలి. పరుల తప్పులను ఎంచకూడదు. దుర్మార్గుని సన్మార్గునిగా తీర్చిదిద్దడంలో నీ ఆధ్యాత్మిక జీవనం తోడ్పడాలి. అది చేయలేనివాడు ఆ జీవితం వ్యర్థం అని గ్రహించు.

సహనం వహించాలి. కోపాన్ని సహనంతో నెగ్గవచ్చు. శాంతి, క్షమ, వినయంతో వర్తించాలి. శీలనిర్మాణానికి వినయమే పునాది.

సహనశీలుడే విజయాన్ని సాధించగలడు. కాబట్టి, 'సహనశీలుడే విజయోపేతుడు, అది లేనివాడు భ్రష్టుడు' అని శ్రీరామకృష్ణులు చెప్పడం కద్దు.

నీరు పల్లపు ప్రదేశంలో నిలుస్తుంది; మెరక ప్రాంతంలో నిలువక క్రిందికి ప్రవహించిపోతుంది.

మనిషి వినయశీలుడైనప్పుడు సరళ స్వభావం, ఇతర సుగుణాలు అతడిలో సహజ వికాసం పొందుతాయి. ఆ సుగుణాలు లోకకళ్యాణానికి వినియోగపడతాయి. నాయనా! నువ్వు ఏ పనిలో నిమగ్నుడవై ఉన్నప్పటికీ

భగవన్నామ స్మరణ మాత్రం మానరాదు. ప్రారంభంలో ఇది ఒకింత కష్టం అనిపించవచ్చు. కాని క్రమంగా అభ్యాసం వలన సులభతరం అవుతుంది. ప్రయత్నం మానకు నాయనా! సాధన నెపంతో లేనిపోని నియమావళిని పెంచుకోవడం అంత మంచిది కాదు. దానివల్ల లాభం కూడ ఉండబోదు. నీలో నిష్కాపట్యం, దృఢ సంకల్పం ఉంటే సకలం సాధ్యమే. నీ ప్రార్థనాచరణలో ఇవి ఉంటే భగవంతుడు తప్పక ఆలకిస్తాడు, అనుగ్రహిస్తాడు.

భగవంతుడు మానవుడి హృదయ నైర్మల్యాన్ని పరికిస్తాడు; మాటలకి సంప్రీతుడు కాడు. ఆయన్ను మాటలతో మభ్యపెట్టలేము, ఆయన మోసపోడు.

లోకులు లౌకిక సౌఖ్యానుభవాల గురించి ఊకదంపుడు మాటలేవో చెబుతూ ఉంటారు. పాపం అజ్ఞానులు!

మొదట దేవతవై, పిదప భోగాలనుభవించు. అంతకు మునుపటి నీ భోగాలన్నీ పశుప్రాయమైన భోగాలని గుర్తుంచుకో. నీ మనస్సు నిర్మలమైనదైతే, నీ ఆలోచనలు పవిత్రమైనవైతే నిన్ను ఏ దోషాలు అంటవు.

శిష్యుడు : 'చక్కెరనే తిన గోరతాను గాని చక్కెరనే కాగోరను' అనే పాట ఉంది కదా! సాధకుని మనోభావం ఆ విధంగా ఉండాలా స్వామీ?

స్వామి : నాయనా! ఆ పాట భగవత్ సుధ అనే చక్కెరను ఇంకా రుచి చూడని వానికి అన్వయిస్తుంది. ఆ భగవన్నామ మాధుర్యాన్ని చవిచూడ నారంభించిన భక్తుడు భగవదైక్యాన్ని ఆశిస్తాడు, నాయనా!

శిష్యుడు : జ్ఞానులను, అవతారపురుషులను గురించి కన్న కలలు ఫలిస్తాయా స్వామీ? అవి యథార్థాలా?

స్వామి : అవును, యథార్థాలే! జ్ఞానుల, దేవతల, అవతారమూర్తుల గురించిన కలలు వాస్తవానుభవాలు. అవి యథార్థ దర్శనాలు. స్వప్నంలో ఎన్నో ఆధ్యాత్మిక తత్త్వాలు గోచరిస్తూ ఉంటాయి. అటువంటి స్వప్నఫలితాలు, ఆ సంస్కారం మన మనోఫలకం మీద చెరగని ముద్ర వేస్తాయి. కాని వాటిని గురించి ఇతరులెవరికీ వెల్లడి చేయరాదు సుమా!



ప్రశాంతి పొందగోరితే?

స్వామి: సప్త ద్వారాలున్న అంతఃపురంలో రాజు వసిస్తున్నాడు. ఆ రాజుగారి దర్శనానికై వచ్చిన పేదవాడొకడు మంత్రిని వేడుకోగా, మంత్రి అందుకు సమ్మతించాడు. ఆ ద్వారాల గుండా మంత్రి అతణ్ణి రాజు సమక్షానికి తీసుకుపోతున్నాడు. విలువైన దుస్తులు ధరించిన రాజోద్యోగి ఒకడు ప్రతి ద్వారం వద్ద నిలబడి ఉన్నాడు. వాళ్ళను చూసి ఈ పేదవాడు, "ఈయనేనా రాజుగారు" అంటూ ప్రతి ద్వారం వద్దా అడగసాగాడు. "కాదు" అంటూ మంత్రి సమాధానం చెప్పసాగాడు. చివరకు ఏడో ద్వారం దాటి అంతఃపురంలో ప్రవేశించారు. అక్కడ వైభవోపేతంగా, ఠీవి దర్పంతో ఉన్న రాజును చూసినప్పుడు పేదవాడు, "ఈయనేనా రాజుగారు?" అని ఇక అడగవలసిన పనిలేకపోయింది.

గురువు విషయం కూడ అంతే. మంత్రిలా గురువు శిష్యుని వివిధ స్థితులను గమింపచేసి తీసుకుపోయి చివరకు ఆ పరమాత్మ సన్నిధిని చేరుస్తాడు.

కాని ఇక్కడ ఒక్క విషయం గమనించాలి. నీ మనస్సును మించిన గురువు వేరే లేదు. ప్రార్థన ధ్యానాదుల వలన మనస్సు నిర్మలమైతే, ఆ మనస్సు లోపలనుండే సారథ్యం వహించి నిన్ను తిన్నగా ముందుకు నడిపిస్తుంది. నిత్యవిధులలో కూడ నీ మనస్సే గురుస్థానం వహించి నీకు మార్గదర్శకమవుతుంది. పరమార్థం సాధించే వరకు ఈ తీరులో నీ మనస్సు నీకు సాయపడుతూనే ఉంటుంది. విషయవాంఛల్ని నియంత్రించడం, ఏకాంతవాసం, జపధ్యానాల అనుష్ఠానం, మనస్థైర్యం – ఇవే నీ మనస్సు నిర్మలంగా ఉండేటందుకు మార్గాలు.

నీ మనస్సు పవిత్ర భావాలను ఆశ్రయించేకొద్దీ నీలో ఆత్మవిశ్వాసం ప్రగాఢమౌతుంది. చక్కగా మేపితే ఆవు పుష్కలంగా పాలు ఇస్తుందన్నట్లు, ఆధ్యాత్మిక ఆహారం విరివిగా ఇస్తే మనస్సు విశేషమైన శాంతిని ప్రసాదిస్తుంది.

భగవత్ చింతన, ప్రార్థన, జపధ్యానాలే ఆధ్యాత్మిక ఆహారం. మనోస్థైర్యం చేకూరే మార్గం ఏమిటో తెలుసా? మనస్సును దాని ఇచ్ఛ మేరకు తిరగనిస్తూ మనోవృత్తులను, మనోభావాలను పరిశీలిస్తూ ఉంటే మనకే అర్థమవుతుంది. ఆ మనస్సు తిరిగి తిరిగి వేసారిపోయి శాంతి కోసం చివరకు భగవంతుని వైపే మరలుతుంది. జాగరూకుడవై

మనస్సును పరిశీలించు, మనస్సు నిన్ను పరిశీలిస్తూ ఉంటుంది.

వేకువనే నిద్ర లేవాలి. రేయి పగటిలోను, పగలు రాత్రిలోను సంక్రమించే సమయమే (సంధ్యా సమయం) ధ్యానానికి శ్రేష్ఠం. సుషుమ్నా నాడి చురుకుగా పనిచేసే తరుణం అది.

మనిషి రెండు నాసాపుటాల ద్వారా శ్వాసిస్తూ ఉంటాడు. సామాన్యంగా మనం ఏ సమయంలోనైనా ఒక నాసాపుటం నుంచే ఊపిరి పీలుస్తాం. అదే మనోచాంచల్యానికి కారణం. సాధకులు రెండు నాసాపుటాల ద్వారా శ్వాసిస్తూ ఉండటం మనం గమనించాలి.

మమకారాన్ని వీడు. మనస్సును విషయసుఖాల కేసి మరలనివ్వకు. సాధనలు అనుష్ఠించు. అప్పుడే నీ మనస్సు నిర్మలమవుతుంది, శాంతిని పొందుతుంది. ఆ పైన నీకు సర్వత్రా భగవంతుడే గోచరిస్తాడు. అందుకై ప్రయత్నించు, తీవ్రంగా ప్రయత్నించు. సాధన, నియమబద్ధమైన సాధన ఒనరించు. అదే శాంతికి మార్గం.

నిరంతర స్మరణే సాక్షాత్కారానికి అనువైన, సులువైన మార్గం. భగవంతుడు నీ వాడని, నీ ఆప్తుడని ఎరిగి ఉండు.

ఒక వ్యక్తి తన మిత్రుణ్ణి ఆహ్వానించి ఫలహారాలతో, సంభాషణలతో అలరించేట్లు నువ్వు నీ హృదయంలో భగవంతుని అలరించి, పుష్పోపహారాలు, నైవేద్యాలు అర్పించి మనస్సు విప్పి ఆయనతో సంభాషణ నెరపు. అప్పుడు భగవంతుడు నీకు శాంతి ప్రదాతగా భాసిస్తాడు.

భగవత్ తత్త్వాన్ని తెలుసుకోవడం ఎవరి తరం? ఆయన మాయను ఎవరు గ్రహించగలరు? భగవంతుడు అనంతుడు; నిరాకారుడు, సాకారుడు కూడా. ఆయనే మానవ రూపంలో అవతరిస్తున్నాడు. ఎన్ని రీతుల భగవంతుడు మనిషికి తన ఆశ్రయం లభింపచేయడానికి మార్గాలు సూచించినా, అతగాడు వాటిని గ్రహించలేని స్థితిలో ఉన్నాడు. అది మానవశక్తికి అతీతం అని చెప్పాలి. ఒక్కొక్కప్పుడు ఆ మార్గం నిరపాయంగా, రాజమార్గంగా ఉంటుంది. కొన్నిచోట్ల ముళ్ళమయంగా ఉండి అగమ్యగోచరంగా తోస్తుంది. కొన్నిచోట్ల కొండలతో దాటశక్యం కాకుండా ఉంటుంది. అయినప్పటికీ భగవంతుని శరణుజొచ్చితే, ఏ అపాయం వాటిల్లకుండా, నిరాటంకంగా ఆయన చేయూతనిచ్చి మనలను గమ్యానికి చేరుస్తాడు.

మాయయే మనస్సును, ఇంద్రియాలను భగవత్సాక్షాత్కారానికి దూరం చేస్తుంది. నిజమైన సాధకుడు, భగవత్సాక్షాత్కారం పొందినవాడు ఆ మాయాకర్షణలన్నిటికీ అతీతుడు; మాయకు వశవర్తి కాడు. అలాంటి వ్యక్తికి గాని భగవంతుడు లభించడు.

సామాన్యులు మాయకు లోనై జీవిస్తారు. జనన మరణ రూపమైన ఈ సంసార వలయంలో చిక్కువడి గిర్రున తిరుగుతూ ఉంటారు. మాయాజాలం అంత బలీయమైనదవడమే, అందుకు కారణం. రోజులు గడిచేకొద్దీ శరీరం శిథిలమైపోతూ ఉన్నప్పటికీ తానెందుకు జన్మించాడో, తన పుట్టుకకు సార్థకత ఏమిటో యోచించడు. పరమ పవిత్రాలైన కార్యాచరణలన్నిటిని విస్మరించి మాయలోపడి నిద్రిస్తుంటాడు.

భగవత్సాక్షాత్కారం ఈ మానవజన్మలోనే పొందడం సాధ్యం. మానవ జన్మకు ఉన్న విశిష్టత ఇదే; మహోన్నతమైన ప్రయోజనమే ఇది. శారీరక సుఖాలను విస్మరించు, జనన మరణ భ్రాంతిని విదిలించుకో. తుచ్ఛమూ, అశాశ్వతమూ అయిన మాయా అశాంతిని వీడు. యథార్థం, శాశ్వతం అయిన ఆత్మప్రశాంతిని అనుభవించు.

మనస్సుపై ఆధిపత్యం వహించు

స్వామి : త్రికరణశుద్ధిగా భగవంతునికి ఆత్మార్పణం చేసుకోవడం, పరిపూర్ణంగా ఆయననే విశ్వసించి ఉండటం అన్నది అంత తేలికైన పని కాదు. 'నేను భగవంతుని గురించి అర్థం చేసుకోనూ లేదు, చూడనూ లేదు. అలాంటప్పుడు నేను ఆయనను ప్రేమించడమా? ఆత్మార్పణం చేసుకోవడమా? ఇదెలా సాధ్యం' అని మనస్సు పరిపరి విధాల సంశయాలను వెలిబుచ్చుతుంది.

భగవంతుని ధ్యానింప మనస్కరించడం లేదని ఒకప్పుడు ఒక వ్యక్తి శ్రీరామకృష్ణుల వద్ద వాపోయాడు. అప్పుడు ఆయన, "అలాగా, అయితే నీకు లోకంలో ఎవరి పట్ల లేక దేనిమీద ఎక్కువ ప్రేమ ఉందో చెప్పు?" అని అడిగారు.

అందుకు అతడు, "అయ్యా! నేను పెంచుకొంటున్న మేకపిల్ల అంటే నాకెంతో ప్రేమ. దాన్ని అమిత గారాబంగా పెంచుకొంటున్నాను" అని బదులు చెప్పాడు. అప్పుడు



శ్రీరామకృష్ణులు, "భేష్, ఇప్పుడు ఒక పని చెయ్యి. నీ మేకపిల్లకు ఆహారం ఇస్తున్నప్పుడు, దాన్ని ముద్దుగా లాలిస్తూ ఉన్నప్పుడు లేదా దానికి సంరక్షణ పోషణ చేస్తూన్నపుడు, మరెప్పుడైనా సరే నువ్వు ఆ భగవంతుని సేవిస్తున్నట్లుగా భావించు. మనసారా ఆ విధంగా చేయగలిగావంటే పరమార్థాన్ని సాధించగలవు" అని ఉపాయం సూచించారు.

సద్గురువు కటాక్షం పొందేవారు ధన్యాత్ములు. గురువు సంసారాన్ని తరించే ఉపాయం చూపుతాడు; సకల బాధలకు, ఆటంకాలకు నివారణ మార్గం సూచిస్తాడు.

గురువు వాక్యాలను ప్రగాఢంగా విశ్వసించి, శ్రద్ధా భక్తులతో ఆయన ఉపదేశాలను ఆచరణలో పాటించు. నీ మనోమాలిన్యం యావత్తు ప్రక్షాళనమై జ్ఞానజ్యోతి ప్రకాశిస్తుంది. గురువు పట్ల శ్రద్ధాభక్తులు ఉన్నవాడు జ్ఞానాన్ని సత్వరం పొందగలడు. గురువును సాక్షాత్తు భగవత్స్వరూపునిగా పరిగణించినప్పుడే జ్ఞానం సముపార్జించగలవు. గురువును ఎన్నడూ మానవమాత్రునిగా ఎన్నకు. ఆయన్ను దైవస్వరూపునిగా భావించి పూజించాలి సుమా! ఆ విధంగా సేవిస్తే మనశ్శరీరాలు పవిత్రమవుతాయి.

గురువు సహకారం ఉంటే భగవద్దర్శనం ఒనగూరుతుంది. పిదప నీ దృష్టిలో గురువు, భగవంతుడు ఏకరూపులై గోచరిస్తారు. హృదయంలో పారిశుద్ధ్యం కొరవడిన నాడు భగవద్దర్శనం సాధ్యం కాదు.

శ్రీరామకృష్ణులు తరచు ఇలా అంటూ ఉండేవారు: "భగవద్దర్శనం పొందిన గురువే కనుక ఎవరికైనా లభిస్తే అతడు సత్వరం అహంకార విముక్తుడై, భగవద్దర్శనం పొందగలుగుతాడు."

జ్ఞానశూన్యుడైన గురువును ఆశ్రయించిన వ్యక్తి ఎన్నటికీ బంధవిముక్తుడు కాలేడు. అలాంటప్పుడు గురుశిష్యులిద్దరికీ కూడ యాతనే. తానే అజ్ఞానాంధకారంలో ఉన్న వ్యక్తి ఇతరులకు జ్ఞానదానం చేయగలడా? భగవత్సాక్షాత్కారమూ, దైవానుగ్రహమూ, భగవదనుజ్ఞా పొందని వ్యక్తికి ఇతరులకు సాయం చేయడమన్నది సాధ్యమేనా? అంధుడు అంధునికి దారిచూపగలడా? ముక్తుడైన వ్యక్తే ముక్తిమార్గం చూపగలుగుతాడు.

ఈ సందర్భంలో స్వామి వివేకానంద వాక్కులు స్మరణీయాలు. భక్తియోగం గురించి ప్రసంగిస్తూ,

తత్త్వోపదేశం చేసే గురువు విషయం ప్రస్తావిస్తూ, ఎంతటి భయంకరమైన పొరపాట్లు జరుగుతూ ఉంటాయో వివరించారు.

"జ్ఞానరహితుడై ఉండీ అహంకారంతో తానేదో సర్వజ్ఞుడన్నట్లు విర్రవీగుతూ, ఇతరులను తరింపచేయ చేయూత ఇచ్చేందుకు కూడ వెనుకాడక, పుట్టంధుడికి మరో అంధుడు మార్గదర్శకుడైనట్లు చివరికి వారూ వీరూ కలిసి గోతిలో పడుతుంటారు కదా!"

అవిద్యాయమంతరే వర్తమానాః
స్వయం ధీరాః పండితం మన్యమానాః ।
జంఘన్యమానాః పరితయంతి మూఢా
అంధేనైవ నీయమానా యథాంధాః ॥

– ముండకోపనిషత్తు, *1-2-8*

మూఢులు అజ్ఞానాంధకారంలో పడి ఊరుతూ తమకంటే ధీరులు లేరని విర్రవీగుతూ, పండితమ్మన్యులై గుడ్డివారు దారి చూపితే నడిచే గుడ్డివారై తొట్రుబాటుతో, అడుగులు తడబడుతూ తిరుగాడుతూ ఉంటారు.

లోకం ఇటువంటి పండితమాన్యులతో నిండి ఉంది. ప్రతి వ్యక్తికీ తానొక ఆచార్యుడు కావాలనే తహతహ, తపన; ఆచార్యుడననే భావన. ప్రతి యాచకుడూ తానో పది లక్షలు

దానం చేయాలని తపన చెందినట్లు! ఈ యాచకుల మాదిరే ఆ ఆచార్యులూను, నిజానికి హాస్యాస్పదులు.

ఆచార్యం మాం విజానీయాన్నావ మన్యేతకర్హి చిత్
నమర్త్య బుద్ధ్యా సూయేత సర్వదేవమయో గురుః

– *శ్రీమద్భాగవతం, 11–17–27*

గురుర్బ్రహ్మ గురుర్విష్ణుః గురుర్దేవో మహేశ్వరః ।
గురుసాక్షాత్పరంబ్రహ్మ తస్మై శ్రీ గురవేనమః ।

భగవంతుని ఎడ భక్తి నెరపి మనస్ఫూర్తిగా సాధన అవలంబిస్తే సద్గురువు తప్పక లభిస్తాడు. గురుకృప పొందిన వ్యక్తి సాధనామార్గాన్ని తెలుసుకోగలుగుతాడు. అందుకు వలసింది తగినంత శ్రద్ధ.

నాయనలారా! మీకు గురువు అనుగ్రహం ఉంది, ముముక్షుత్వమూ ఉంది. మంత్రదీక్ష పుచ్చుకొన్నారు కనుక మీకు భగవదనుగ్రహం ఉన్నది; పైగా సాధుసాంగత్యమూ నెరపుచున్నారు. కాబట్టి ఇప్పుడు మీరు వలసిన మనోనిగ్రహాన్ని సముపార్జింప ప్రయత్నించాలి. మనస్సును వశీకరించుకొంటే ప్రశాంతత చేకూరుతుంది. గురువు మెచ్చుకొంటాడు. భగవత్కృప లభిస్తుంది.

గురువు అనుగ్రహం, భగవదనుగ్రహం, భక్తానుగ్రహం పొందుతారు గాక! 'మనోనిగ్రహం లేకుంటే మనిషికి దుర్గతి తప్పదు' అనే ఒక చక్కని వైష్ణవసూక్తి ఉంది.

విషయ వాసనల వెంటబడకుండా మనస్సును నియంత్రించాలి. కళ్ళెం గట్టిగా పుచ్చుకో. కుశలుడైన రౌతుగుర్రాన్ని అదుపులో ఉంచుకొనే తీరులో, నిపుణుడైన మావటి ఏనుగును వశపరచుకొని తగిన శిక్షణ నిచ్చే తీరులో నీ మనస్సును స్వాధీనం చేసుకో. నియమిత సాధన ద్వారా మనస్సుకు చక్కని శిక్షణ ఇవ్వాలి. నీ మనస్సుపై ఆధిపత్యం వహించు. మనస్సు నీ అదుపులో ఉండాలి; అంతేగాని నువ్వు దాని వశవర్తివి కారాదు. తుచ్ఛమైన శారీరక వాంఛలన్నిటిని త్యజించమని మనస్సుకు బోధించు. విషయ వాసనల నుండి విముక్తి చెందినప్పుడే మనస్సు నీ అధీనమవుతుంది. ఆ కారణంగానే భగవద్గీత త్యాగ వైరాగ్యాలను ప్రత్యేకంగా నొక్కి వక్కాణిస్తున్నది.

రాముడు ఏలే హృదయంలో కాముడు ఉండలేడు. భోగవాంఛలు, భగవత్ చింతన ఒక్కచోట కలిసి ఉండలేవు. వీటిలో నీకు ఏది కావలసినా రెండవదాన్ని వదలి పెట్టవలసిందే. కాని దివ్యానందాన్ని, మహోత్కృష్టమైన

భగవదానందాన్ని చవిచూస్తే గాని నువ్వు ఈ అల్ప సుఖాలను, తుచ్ఛభోగాలను పూర్తిగా వదలిపెట్టలేవు.

ఈ పిన్నవయస్సులోనే నీ హృదయాన్ని భగవదర్పితం చేయమని మరీ ఇంతగా నొక్కి చెప్పడానికి కారణం – భగవంతుని నీ వాడిగా చేసుకోమనే. 'భగవంతుడు నా వాడు, నా ఆప్తుడు, నా సర్వస్వం' అనే భావన నీ మనోఫలకంపై ముద్రితం కావాలి. ఆ ముద్ర పడిందా, పిదప మార్గం సుగమమే.

భగవదానందాన్ని ఒక్కమారు చవిగొన్నాక ఇతరమైన సుఖాలన్నీ రసహీనంగా, తుచ్ఛంగా కనిపిస్తాయి. నీ జీవితాన్ని భగవదర్పితం చెయ్యి. భగవంతుణ్ణే శరణుజొచ్చు. 'నీట ముంచినా పాల ముంచినా నీ పాదాలే గతి' అని ప్రగాఢ విశ్వాసం కలిగి ఉండు.



సాక్షీభూతుడవు కమ్ము!

జీవునికి స్వతంత్రేచ్ఛ ఉన్నది. ఈ ఇచ్ఛా స్వాతంత్ర్యం నిజానికి అంతరాత్మకు, పరమాత్మకు సంబంధించినది. 'నీ అంతరాత్మను మేల్కొల్పు' అనేవారు శ్రీరామకృష్ణులు.

ఏతావాతా ఈ సాధనల, నియమనిష్ఠల ఉద్దేశం ఏమిటి? పరమ ప్రయోజనం ఏమిటి? ఈ జన్మలోనే భగవంతుని దర్శించుకోవడమే ఈ ఇచ్ఛ ప్రయోజనం. మనస్సు శుద్ధం అయ్యేకొద్దీ ఈ స్వతంత్రేచ్ఛ బలీయమౌతుంది. ఈ ఇచ్ఛను, సంకల్పాన్ని సడలించి, భవిష్యత్తులో ఏదో ఒకరోజు భగవంతుని దర్శించలేకపోతామా అనుకోవడం సోమరి లక్షణం.

ఉదాహరణకు బుద్ధుణ్ణి చూడండి. ఆయనది ఎంతటి వజ్ర సంకల్పమో! ఈ జన్మలోనే బ్రహ్మసాక్షాత్కారం పొందితీరాలి లేదా ఆ ప్రయత్నంలోనే ప్రాణాలు పోవాలి అనే సంకల్పంతో ఆయన అనేక సంవత్సరాల పాటు అన్వేషించి చివరకు ఒకచోట కూర్చుని తన సంకల్పాన్ని మహాసంకల్పంగా చేసుకొన్నాడు.

ప్రతి వ్యక్తికీ అట్టి వజ్ర సంకల్పం ఉండాలి. నీకొక రహస్యం చెబుతాను విను. నేను చెప్పబోయేది నీకిప్పుడు అర్థం కాకపోవచ్చు; కాలక్రమంలో నీకు దాన్లోని సత్యం బోధపడుతుంది.

సంకల్పానికి ఉన్న బలం ఎంతటిదనుకొన్నావు? అది మనస్సుకు క్రమపద్ధతిలో వికాసం చేకూర్చి, పురోగమింప చేసి కడకు పరమశ్రేయస్సును సమకూర్చి పెడుతుంది.

పూలబాటన నడిచేవారు కొందరుంటే, ముళ్ళదారుల వెంటబడిపోయేవారు మరికొందరు ఉంటారు. కాని ఎల్లరు చేరవలసిన గమ్యం మాత్రం ఒక్కటే. బాటను ఎన్నుకోవడం వారివారి దృక్పథాన్ని బట్టి ఉంటుంది. ఈ పరమసత్యాన్ని విడమరచి శ్రీరామకృష్ణులు ఈ క్రింది విధంగా శిక్షణ గురించి బోధిస్తూ ఉండేవారు.

మనస్సు, సంకల్పం రెండూ పట్టపగ్గాలు లేకుండా పోతేపోనివ్వు. కాని నువ్వు వాటి పోకడను నిరంతరం జాగ్రత్తగా గమనిస్తూ ఉండు. అందుకు సాక్షీభూతుడవై ఉండు. ఈ విధంగా సాధకుడు నిజానికి మనస్సును ఇష్టం వచ్చినట్లు తిరుగనిచ్చినా దానిపై సదా నిఘావేసి ఉంటే, మనస్సు కొంతకాలం తుచ్ఛ విషయాలకై ఎగబడినా,

సకాలంలో గుర్తించి కట్టుదిట్టంచేసి ఉన్నత మార్గంలో పయనించి పరమశ్రేయస్సు వైపుకే మొగ్గటం తథ్యం.

భగవంతుని లీలావిలాసాలు అనూహ్యం. చిత్రంగా ఉంటాయి. మనస్సుతో, మాటలతో ఆ భగవత్ తత్త్వాన్ని, శక్తిని గ్రహించి, నిరూపించడం సాధ్యమేనా? అనంతం, అపారం, అప్రమేయం అయిన పదార్థాన్ని ఒక కొలమానంతో కొలవాలని ప్రయత్నిస్తే సాధ్యమౌతుందా? అది మహాసముద్రంలోని నీటిని గిద్దతో (నీటిని కొలిచే కొలమానం) కొలవాలనుకోవడమన్నమాట.

భగవతత్త్వాన్ని నీ మనస్సుతో అందుకోవాలంటే నువ్వు నిరంతరం అనుష్ఠించే సాధనల ఫలమే అందుకు దారి చూపాలి.



పరిశుద్ధ హృదయుడవు కమ్ము!

శిష్యుడు : స్వామీ! ఎన్నో విధాల ఇంద్రియాలను నిగ్రహించాలని ప్రయత్నించాను. కాని కృతకృత్యుడను కాలేకపోయాను. ఇంద్రియనిగ్రహం ఎలా పొందగలను?

స్వామి : చూడు నాయనా! కామాన్ని జయిస్తాను, క్రోధాన్ని నెగ్గుతాను, లోభంపై విజయం సాధిస్తాను అంటూ దంభాలు పలుకుతూ కూర్చుంటే ఎన్నటికీ వాటిని నిర్జించలేవు. నీ ధోరణిని మార్చుకోవాలి. నీ మనస్సును భగవంతునిపై నిలపగలిగితే చాలు. కామ క్రోధాదులు వాటంతట అవే సమసిపోతాయి.

'తూర్పు కేసి పయనించేకొద్దీ పడమరకు దూరం అవుతావు కదా!' అనేవారు శ్రీరామకృష్ణులు. భగవంతుణ్ణి ప్రార్థించు, శరణు వేడు; ఇక విషయసుఖాలు ఎన్నటికీ నిన్ను ఆకర్షించలేవు.

జపధ్యానాలను ఆషామాషీగా చేయరాదు. ఓ రెండు గంటలసేపు ప్రతిరోజు ఏదో చేశాను అనుకొంటే చాలదు. అంతమాత్రాన భగవత్సాన్నిధ్యం లభించదు బాబూ!

భగవచ్చింతనలో, భగవంతుని గుణనామ కీర్తనలో అహర్నిశలూ నిమగ్నుడవు కావాలి. అప్పుడే ఆయన దర్శన భాగ్యం లభిస్తుంది. లోతుకు, బాగా అట్టడుగుకు దిగి అన్వేషించాలి. అప్పుడుగాని లక్ష్యాన్ని సాధించలేవు. వ్యర్థంగా కాలక్షేపం చేయబోకు.

ప్రారంభ దశలో సాధకుడు తన ధ్యాన సమయాన్ని నెమ్మదిగా, నియమబద్ధంగా, క్రమంగా, పట్టుదలతో హెచ్చిస్తూ రావాలి; తాత్కాలికమైన ఉత్సాహంతో ధ్యాన వ్యవధిని హఠాత్తుగా పెంచినందున నీ మనస్సుకి, శరీరానికి వాటిల్లే పరిణామాన్ని నువ్వు తట్టుకోలేవు. నిజం చెప్పాలంటే తత్ఫలితం నిరుత్సాహమే. వెయ్యి మాటలు ఎందుకు? ధ్యానశక్తినే కోల్పోయే ప్రమాదం ఉంది. నిరుత్సాహం చెందిన మనస్సుకు ప్రేరణనిచ్చి మళ్ళీ ఆధ్యాత్మికత సంతరింపచేసి సాధనాయోగ్యం చేయడం ఎంతో కష్టం సుమా!

అన్నింటికంటె భగవత్ కృప ఎంతో ప్రధానమని తెలుసుకో. అది లేని నాడు ఏదీ సాధించలేం. అందుకే భగవత్కృప కలిగేలా నిరంతరం ప్రార్థించు. నీ ప్రార్థన ఎన్నటికీ వృథా కాదు. భగవంతుడు కరుణామయుడు. వాత్సల్యంతో నీ మొరను ఆలకిస్తాడు. కొంత ఓర్పు

వహించాలి. పట్టువిడువరాదు. విషయసుఖాలకు వశవర్తి కారాదు. ప్రతి విషయంలోను ఎంతో ఆత్మనిగ్రహం వహించాలి. విషయ వాంఛలు నిన్ను బానిసల్లా వెంబడిస్తాయి. అయినా భగవంతుని దయ నీ పట్ల ఉన్నందున నీలో విషయసుఖాపేక్ష తలెత్తదు. వాటి పట్ల అనాసక్తుడవయ్యే ఉంటావు.

సర్వసంగ పరిత్యాగివై సన్న్యాసం పుచ్చుకొన్నావు. ఇతరులపై అధికారం చెలాయించడం నీకు తగదు. అది మహాబంధకారణం అవుతుంది సుమా! నువ్వు చేసే ప్రతి పనీ శ్రీరామకృష్ణుల పనిగా భావించు. ప్రతి వ్యక్తినీ శ్రీరామకృష్ణులకు సంబంధించిన వ్యక్తిగా ఎంచు. అహంకారంలో పడిపోయి మానవుడు తానే సర్వం అనుకొంటాడు.[1]

అబద్ధం చెప్పడం మహాపాపం. త్రాగుబోతును, వ్యభిచారిని సైతం నమ్మవచ్చును గాని అసత్యవాదిని మాత్రం నమ్మనే కూడదు. అసత్యమన్నది ఘోరపాపం.

ఇతరుల తప్పులను ఎంచకు. ఇతరులు చేసే పనుల్లో తప్పులు పట్టకు. అట్టి అలవాటు నీకే హానికరంగా

1. అహంకార విమూఢాత్మా కర్తాహమితిమన్యతే.
– *భగవద్గీత 3-27*

పరిణమిస్తుంది. నిరంతరం ఇతరుల దోషాలను గురించే ఆలోచిస్తూ ఉంటే, నీ మనస్సు పూర్తిగా కలుషితమై నీలో ఉన్న యోగ్యత, మంచితనం వంటి సుగుణాలు పలాయనం చిత్తగిస్తాయి.

భగవంతునితో చలగాటం ఆడకు. ఆయన వైభవాన్ని కీర్తించు. ఆ పరమాత్ముని లీలలు చూసి ఆనందించు. అరమరికలు లేకుండా ఇతరులతో కలసిమెలసి జీవించు. సమయాన్ని సంతోషంగా గడుపు. శుష్కసంభాషణలతో కాలాన్ని వృథాపుచ్చకు. పనిగట్టుకొని ఇతరుల తప్పులను ఎన్నేవారు దుర్మార్గులే అని గుర్తుంచుకో.

పరిశుద్ధ హృదయంతో ఆదర్శప్రాయమైన జీవయాత్ర సాగించు, ముందడుగు వెయ్యి.

ఇతరులలో మంచిని చూడటం అలవరచుకో. ఇతరులలోని కించిత్తు సద్గుణాలను సైతం కొండంతలు చేసి మనసారా ప్రశంసించు; అందరినీ గౌరవించు.

పైన సూచించిన విధంగా నడచుకొంటే నీలో పరులపట్ల సానుభూతి పెంపొందుతుంది. అందరినీ గౌరవించే వ్యక్తి స్వయంగా గౌరవం పొందుతాడు. తోటి మనిషిని ఎన్నడూ నిరసించకు, అణచివేయాలని ప్రయత్నించకు. ప్రతి వ్యక్తీ ఇతరులలోని దోషాలు

ఎంచడమే పనిగా పెట్టుకోవడం ఎంత దురదృష్టకరమో కదా! ఇతరులను ప్రేమించి నీ వారిగా అభిమానించి, వారిలోని బలహీనతలను పోగొట్టడానికి తోడ్పడు. ప్రతి వ్యక్తిలోను మంచి చెడులన్నవి ఉంటాయి. ఇతరులలోని దోషాలను ఎత్తి చూపడం సులభం. కాని వారిలోని దుర్గుణాలను లెక్కించక వారిని సన్మార్గులుగా తీర్చిదిద్దడానికి, పవిత్రులను చేయడానికి సాయం చేసేవారినే సాధుసత్తములంటారని గుర్తుంచుకోండి.

నాయనలారా! సాధువులను, యతులను మరువకండి. సదా మీరు శాంతులు, వినమ్రులు, మధురభాషణులు అయి ఉండాలి సుమా! మీరు పలికే ప్రతి మాటలోను, చేసే ప్రతి పనిలోను, మీ ప్రవర్తనలో, ఆచరణలో అన్నిటా సౌజన్యం, నైర్మల్యం వెల్లివిరియాలి సుమా!

నాయనలారా! మీ సాంగత్యం నెరపేవారు ఎవరైనాసరే చిత్తశాంతి పొందుతారని దీవిస్తున్నాను. నిద్రాణమై ఉన్న బ్రహ్మశక్తి వారిలో జాగృతమవుతుంది.

పవిత్రత అంటే ఏమిటి? బ్రహ్మచర్యం అంటే ఏమిటి? సర్వదా సత్యం పలుకడమే పవిత్రత, ఇంద్రియ నిగ్రహం కలిగి ఉండటమే బ్రహ్మచర్యం. మాట్లాడేటప్పుడు

ముక్తసరిగా ఆచితూచి మాట్లాడాలి. ఎవరినీ ద్వేషించకూడదు. ఎవరినీ ఏవగించుకోరాదు. ఎవరిపట్లా అసూయ చెందరాదు. పన్నెండేళ్ళపాటు బ్రహ్మచర్యం పాటించిన వ్యక్తి పరమోత్కృష్టమైన స్థితిని అందుకొంటాడు. కనుక నువ్వు దీక్షపూని బ్రహ్మచర్యవ్రతం పాటించు.

అవకాశం కలిగినప్పుడు తీర్థాటన చెయ్యాలి. ఆ పావన తీర్థప్రాంతాల్లో కొంతకాలం గడపాలి. అక్కడి నిర్మలమైన వాతావరణం, రమణీయమైన ప్రకృతి దృశ్యాలు మనస్సుకు ఎంతో శాంతిని, శరీరానికి ఆరోగ్యాన్ని చేకూరుస్తాయి. పుణ్యక్షేత్రాలు ధ్యానానికి కూడ అనుకూలమైనవి.

సర్వదా నీ హృదయాన్ని నిర్మలంగా ఉంచుకోవాలి. లోకం భ్రాంతి, ప్రమాదాలతో కూడుకొన్నది. ఆత్మ వికాసం పొందగోరితే సాధన నీ మూలమంత్రం కావాలని గుర్తుంచుకో.

మనస్సులో మెదలే ప్రతి కోర్కెను పరికించి, పరిశీలించి దాన్ని నిగ్రహించాలి. కోరికను అణచగలిగితే, తక్కినవన్నీ సులభతరమే.

శిష్యుడు : ధ్యానానికి కూర్చున్నప్పుడు కొన్ని వేళల్లో మనస్సు ఎంతో ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. కాని కొన్ని సమయాలలో ఎంత ప్రయత్నించినప్పటికీ ప్రశాంతత కలుగకపోగా, తీవ్రమైన ఆందోళనకు గురవుతుంది స్వామీ!

స్వామి : అది గుణప్రభావం. మనస్సు త్రిగుణాలకు అధీనమై ఉంటుంది. సాధన చేయగా చేయగా సత్త్వగుణం కుదురుకుంటుంది. గంగానదికి ఆటుపోటుల్లా మనస్సుకీ ఒడుదుడుకులు ఏర్పడుతూ ఉంటాయి. ఒక్క మనస్సుకే కాదు సమస్త విషయాల్లో ఇటువంటి ఒడుదుడుకులు ఎదురవుతాయి. ఏమైనా ఇది కేవలం ప్రారంభ దశే కదా! దాన్ని గురించి కలత చెందకు. సాధనలను కొంతకాలం పాటు నియమబద్ధంగా కొనసాగిస్తే, మనస్సుకు ఆపైన ఎలాంటి ఆటుపోటులు కలుగవు. అప్పుడు మనస్సు నిశ్చింతగా, నిరాటంకంగా నీలోని భావపరంపరలను భగవంతుని వైపుకే మరలిస్తుంది.

సత్త్వగుణం అతిశయించి మనస్సు సహజ ప్రశాంతతను పొంది ఉన్నప్పుడు నీ పనులను సమస్తమూ విడిచి, జపధ్యానసాధనలలోనే నిమగ్నుడవై మెలగు.

ప్రతి పుణ్యక్షేత్రంలోను, కొన్ని ప్రత్యేక సమయాలలో ఆధ్యాత్మిక భావవాహిని ప్రవహిస్తూ ఉంటుంది. ఆ

సమయాలలో సాధకుడు ధ్యానంలో కూర్చుంటే మనస్సు అలవోకగా ధ్యేయంలో లీనమై ధ్యానానందం ఇనుమడిస్తుంది.

శిష్యుడు : కాని స్వామీ, ఆ సమయం ఏదో తెలుసుకోవడం కష్టం కదా?

స్వామి : కష్టమేమీ కాదు. ధ్యాన సాధకుడు దాన్ని సులభంగానే గుర్తించగలడు. పరమ పావన క్షేత్రమైన కాశీ ప్రపంచానికే అతీతమైనట్లు కనబడుతుంది. ఆ పుణ్యక్షేత్రం అనాది నుండి అఖండమైన తత్త్వజ్ఞాన నిలయం. అక్కడ ఉంటూ సాధనలు అనుష్ఠించేవాడు ఎవరైనా సత్వరం సత్ఫలితాన్ని పొందగలడనడం తథ్యం. బీజభూతమైన మంత్రం ఈ ప్రదేశంలో సాధకుని స్వల్ప ప్రయత్నంతోనే వికాసం పొంది ఫలితాన్ని అందిస్తుంది. పాపాత్ముడైనా, శ్రీమంతుడైనా, నిరుపేదయైనా, ఘనుడైనా, అల్పుడైనా సరే ఆ క్షేత్రంలో వెలసిన విశ్వనాథుని కృపతో అందరికీ ముక్తి లభిస్తుంది.



మహనీయుల జీవితాన్ని అనుగమించు

శిష్యుడు : స్వామీ! భగవద్భక్తిని పెంపొందించుకోవడం ఎలా?

స్వామి : సాధుసాంగత్యం నెరపాలి. వారి ఉపదేశాలను ఆలకించాలి. వారి జీవన విధానాన్ని అవగతం చేసుకొని నీ జీవన విధానాన్ని మలచుకోవాలి. కాని ధ్యానం, బ్రహ్మచర్యం అనుష్ఠించనిదే తత్త్వజ్ఞానులైన మహనీయుల భావనలను, వేదశాస్త్ర సారాన్ని నువ్వు అర్థం చేసుకోలేవు. శ్రీరామకృష్ణుల వచనామృతాన్ని గ్రోలు. ఆయన ఉపదేశాలను మననం చేస్తూ ఉండు. భగవంతుని నువ్వెంతగా ధ్యానిస్తే అంతగా నీకు సద్గ్రంథాలు బోధపడతాయి. శాస్త్ర జనిత జ్ఞానం వేరు, భగవన్నిష్ఠ వేరు. ఇక ప్రత్యక్షానుభవ జ్ఞానం పైన చెప్పిన రెండిటికి భిన్నమైనది, అతీతమైనది.

పేరు ప్రతిష్ఠల పట్లా, విషయభోగాలపట్లా నీకు ఏమాత్రం అనురక్తి ఉన్నా భగవంతుని దర్శించలేవు.

'లంగరు దించిన నావను నడపాలనుకోవడం వంటిది అది' అనేవారు నాగమహాశయులు. ఆయన ఇంకా ఇలా అనేవారు: 'పేరుప్రతిష్ఠలను సంపాదించడం సులభం. వాటిని విడిచిపెట్టగలవాడే ధన్యుడు.'

జ్ఞానియైన మహనీయుని సాంగత్య భాగ్యం గలవాడే ధన్యుడు, బాబూ!

శిష్యుడు : స్వామీ! సాధుసాంగత్యమే చాలు, అంతకు మించి మరేదీ అక్కరలేదని కొందరి నమ్మకం. ఈ విషయంలో మీ అభిప్రాయం ఏమిటి స్వామీ?

స్వామి : కేవలం సాధుసాంగత్యం మాత్రమే చాలదనుకొంటాను. మనస్సు విప్పి నీ సంశయాలను నివృత్తిచేయమని వారిని అడుగు. వారి జీవితాలను జాగరూకుడవై పరిశీలించు. వారి జీవిత విధానాలను అనుగమించు. సాధుసాంగత్యమే చాలు అనుకోవడం సోమరుల లక్షణం. సాధుసాంగత్యం అత్యవసరమే; వారి సాంగత్యంలో సంశయాలు పటాపంచలవుతాయి. సద్భావాలు ఉదయిస్తాయి. తత్త్వవిదుల సాంగత్యం వల్ల నేర్వగలిగినంత విద్యాసంస్కారాలు ఎన్ని శాస్త్రగ్రంథాలు పఠించినా కూడ కలుగదనడంలో ఏమాత్రం సందేహం లేదు.

శిష్యుడు : స్వామీ! ఏకాంతవాసం ఆధ్యాత్మిక వికాసానికి ఎంతో దోహదం చేస్తుందని శ్రీరామకృష్ణులు చెప్పి ఉన్నారు కదా!

స్వామి : అవును అది నిజమే. కాని ఒకింత ఆత్మ విశ్వాసం చేకూరిన తరువాతే ఏకాంతవాసాన్ని ఎన్నుకోవాలి. సాధకుడు సమర్థుడు కాకుండా సంఘం వీడి ఏకాంతవాసం చేయాలనుకోవడం అవివేకం. దేశకాల కారణబద్ధమైన ఈ లోకంలో నిజమైన ఏకాంతవాసం దుర్లభం. అది మనోబుద్ధ్యతీతం. అది పరమ ప్రశాంతి, పరమాత్మ సంస్థితి.

శిష్యుడు : సాధకుడు తొందరపడరాదు; సత్వర ప్రయోజనం కలుగకున్నా కృషిచేయాలని, సావధానచిత్తుడై వేచి ఉండాలని మొన్న మీరు సెలవిచ్చారు కదా! అంటే వెంటనే భగవత్సాక్షాత్కారం కోసం పరితపించరాదనా దాని భావం?

స్వామి : మరేదో సందర్భంలో దాన్ని చెప్పి ఉండవచ్చు. భగవత్సాక్షాత్కారం పొందగోరితే పరితపించవలసిందే. కాని తాత్కాలిక ఆవేశంగాని, పరవశత్వంగాని కూడదు. ఏమాత్రం భావోద్రేకం ప్రకటించకూడదు.

భగవంతుని పట్ల నీకున్న పరితప్తతను, భక్తివిశేషాన్ని లోలోపలే ఇముడ్చుకోవాలిగాని, బహిరంగపరచరాదు; వెల్లడిస్తే నిస్సారమై హరించిపోతాయి. ఆపైన ఆధ్యాత్మిక జీవితం అంటేనే రోతపుట్టవచ్చు.

నిజమైన భక్తుడు సహనం వీడక భగవంతునికై పరితపిస్తాడు. అథవా ఫలితం కనిపించకున్నా భక్తిప్రపత్తులను విడిచిపెట్టడు.

లాభం ఆశించి వ్యాపారం సాగించే వర్తకునిలా, ఫలితాన్ని ఎదురుచూసి ప్రార్థనలు చేసే భక్తులు మాత్రం, తమ ప్రార్థనలు ఫలించకపోతే తక్షణమే సాధనలు విడిచిపెట్టేస్తారు.



సత్సాంగత్యమే సాధనకు జీవకర్ర

స్వామి : భగవద్ధ్యానంలో లీనం కాగానే అఖండానందాన్ని అనుభవించగలవు. ఆ దివ్యానందానుభూతిలో కాలం క్షణంలా గడిచిపోతుంది.

నీ ఆధ్యాత్మిక మనోస్థితులను, అనుభూతులను గురించి ప్రతి ఒక్కరి వద్ద ఏకరువు పెట్టకు. లౌకికులకైతే అసలే చెప్పకూడదు. అది నీ వికాసానికి ప్రతిబంధకం కావచ్చు. నీ మనోప్రవృత్తికి, భావాలకు అనుగుణమైన వారితో ముచ్చటించవచ్చు. అలా మీరిద్దరూ పరస్పరం మీ అనుభూతులను గురించి చెప్పుకోవడం మీ ఆత్మ వికాసానికి దోహదం చేయవచ్చుకూడ. మీరిద్దరూ ఒకే మార్గంలో పయనించే ప్రయాణికులు కావడమే అందుకు కారణం. నీ తోటి ప్రయాణీకుడు ఈ మార్గంలో పయనించి, ఆ దారిలో ఎదురయ్యే భ్రమ ప్రమాదాలను గురించి అంతకు మునుపే ఎరిగి ఉండవచ్చు. అతడి సాంగత్య లాభంతో నువ్వు ఆ ప్రమాదాలు కష్టాల వాతబడకుండా ముందు జాగ్రత్త వహించు.

సాధుసాంగత్య అవసరం ఎందుకో ఇప్పుడు నీకు అర్థమైంది కదా! కనుక వారి అనుభూతియే సాధకునికి జీవగర్ర, ఆలంబనమన్నమాట. నువ్వొక కొత్త ప్రాంతానికి వెళుతున్నావనుకో. అప్పుడు నీకొక మార్గదర్శి ఎదురైతే ఆతడి సహకారంతో జాప్యం కాకుండా, సకాలంలో, సత్వరం చూడతగిన వింతలు విడ్డూరాలన్నిటిని చూడగలగటమే కాకుండా, కొత్తవాళ్ళు ఎదుర్కొనే ఇబ్బందులకు గురికాకుండా తప్పించుకోవచ్చు.

అదే విధంగా ఆధ్యాత్మిక రంగంలో విశేషానుభూతిని గడించిన మహనీయుల సాంగత్యం లభిస్తే అమూల్యమైన కీలకాలు ఎన్నో తెలుసుకోవచ్చు. అప్పుడు నీ సాధన మరింత సుగమమవుతుంది.

ఏ క్షణానైనా ఈ జీవితం అంతం కావచ్చు. ఎప్పుడు అన్నది ఎవరికీ తెలియదు. ఆధ్యాత్మిక శక్తి సంతరించుకొని ఈ యాత్రకు సంసిద్ధుడవై ఉండు. అజ్ఞాత ప్రదేశానికి రిక్తహస్తాలతో పోవడం ఎంతో కష్టమైన పని. పుట్టిన ప్రతి జీవికి మరణం తప్పదు. మరణం అంటే అజ్ఞాత ప్రదేశానికి పోవడమన్నమాట. కాబట్టి నువ్వు యాత్రకు సిద్ధంగా ఉండాలి; సదా మృత్యువు ఆహ్వానానికి తయారై ఉండాలి.

ఈ లోకంలో నీ ఆత్మవికాసానికి వలసిన సకల సదుపాయాలు అమరి ఉన్నాయి. కనుక ఇప్పుడే, ఇక్కడే పరమార్థాన్ని పొందడానికి ప్రయత్నించు. మూల విరాట్టును ఆశ్రయించు. అఖండమైన ఆత్మవికాసం కలిగి ఉండు. 'నేను భగవంతుణ్ణి తెలుసుకోగలను' అనే ప్రగాఢ విశ్వాసంతో పురోగమించు. లక్ష్యాన్ని చేరగలవు. ఆపైన నీ జన్మ తరించినట్లే నాయనా! ఈ జననమరణావస్థ నుండి విముక్తి పొందు. భగవంతునికి శాశ్వతమైన అనుచరునిగా మెలగు.

అంతకు క్రితం చేసిన తప్పునే నెమరువేసుకొంటూ మనస్సును బలహీనం చేసుకోవద్దు. పాపమా? పాపం మానవుడి దృష్టిలోనేగాని భగవంతుని దృష్టిలో లేదు. ఆయన కృపాకటాక్షం ఒక్కటే మనపై ప్రసరిస్తే చాలు, జన్మజన్మాంతరాల పాపాలు పటాపంచలైపోతాయి.

నువ్విప్పుడు భగవాన్ శ్రీరామకృష్ణుల సన్నిధిలో ఉన్నావు. ఆయన్ను విడిచిపెట్టకు. ఏ తాపత్రయానికీ లోనుగాకు. సాధనలకు నీకు కట్టుదిట్టమైన నియమావళి ఉండాలి. ధాన్యపారాయణాదులకు నువ్వు కొన్ని నియమిత సమయాలను కేటాయించి సర్వకాలసర్వావస్థలలోను శ్రద్ధాభక్తులతో క్రమం తప్పక ఆచరించు. స్థిరచిత్తం

అత్యావశ్యకమని గుర్తుంచుకో. స్థైర్యం ఉంటేనే విజయం దక్కుతుంది సుమా!

సాధనలో స్థిరత్వం కలిగినప్పుడే మనస్సు భగవంతునిపై లగ్నం అవుతుంది. అలా లగ్నం కానప్పుడు సంసార వ్యామోహం సమసిపోదు. కామక్రోధలోభాదులనేవి మనిషికి ప్రబల శత్రువులు.

భగవద్భక్తిని సంతరించుకొని బలీయుడవై ఈ మాయాజాలాన్ని తొలగించుకోవాలి.

నియమాలను పాటించు. ప్రారంభ దశలో నీ మనస్సు హద్దూ అదుపూ లేకుండా ఎదురు తిరుగవచ్చు. అంతమాత్రం చేత నువ్వు దానికి దాసోహం కానక్కరలేదు; క్రమంగా నువ్వే నీ మనస్సుపై ఆధిపత్యం వహించవచ్చు. అదే ఆత్మనిగ్రహం. ఆత్మసంయమనం లభించి మనస్సు స్వయంగా భగవంతునిలో లీనం అయిన పిదప నువ్వు ఏ నియమక్రమాన్ని పాటించనక్కరలేదు.

జీవితం మహానదిలా ప్రవహిస్తూ ఉంటుంది. గడచిన రోజు తిరిగి రాదు. కనుక సమయాన్ని సద్వినియోగం చేసుకో; అవసానసమయంలో వగచి లాభం లేదు.



సహనంతో వర్తించు

శిష్యుడు : స్వామీ! మేము భార్యాబిడ్డలను, బంధుమిత్రులను, భోగభాగ్యాలను వదలుకొని, జీవిత పరమార్థం తెలుసుకోగోరి, భగవత్సేవలో జీవయాత్ర సాగించాలనే ఏకైక భావంతో ఈ మఠంలోకి వచ్చి చేరాం. కాని ఇక్కడ ఉన్నవారు ఒకరితో ఒకరు పొత్తుకుదరక, ఎవరికి వారే యమునాతీరే అన్నట్టు ఎడమొహాలు పెడమొహాలుగా ఉండటం, కలిసికట్టుగా మసలలేకపోవడానికి కారణం ఏమిటి?

స్వామి : వారిలో కలుపుగోలుతనం కరువైంది, సహనం సన్నగిల్లింది. అదే కారణం, నాయనా! మనకు సహనం కావాలి. సహనం వహించకుండా దేనినీ సాధించలేము. 'సహనమే సర్వస్వం. సాధకునికి సహనమే జీవగర్ర' అనేవారు శ్రీరామకృష్ణులు.

గృహస్థులు కూడ ఎన్నో విషయాలలో సహనం చూపవలసి ఉంటుంది. అందరితో కలసిమెలసి

ఉండటమన్నది వారివారి ప్రవర్తన మీద ఆధారపడి ఉంటుంది. ప్రవర్తనే శీలం అంటారు. అలాంటి సౌశీల్యమే సౌభాగ్యం. అదే మనోబలం. సహనం చేదోడైతేనే మనిషికి మనోబలం చేకూరుతుంది. ఎవరితోను పరుషంగా మాట్లాడకూడదు. ఎవరి మనస్సు నొప్పించరాదు. ఇతరుల మనస్సు నొప్పిస్తే, తనకు మనశ్శాంతి కరువై పడరాని పాట్లు పడే ప్రమాదం ఉంది, నాయనా!

ఎన్నడూ అబద్ధం చెప్పకూడదు. సదా నిజమే పలకాలి. కాని

"సత్యం బ్రూయాత్ – ప్రియం బ్రూయాత్
న బ్రూయాత్ సత్య మప్రియమ్
ప్రియం చనా నృతం బ్రూయాత్
ఏష ధర్మస్సనాతనః."

– మనుధర్మశాస్త్రం

అప్రియమైన సత్యమూ చెప్పరాదు, ప్రియమవుతుందని అసత్యమూ చెప్పకూడదు. ఎదుటి వ్యక్తి మనస్సుకు సంతృప్తిని కలిగించే సత్యాన్నే చెప్పాలన్నారు. కనుక సత్యాన్ని వెల్లడించేటప్పుడు బహుజాగరూకులై మెలగాలి.

నా వద్దకు యోగ్యులు, అయోగ్యులు, పతితులు, అభాగ్యులు, బాధితులు, బలహీనులు అయిన విభిన్న వ్యక్తులు ఎందరో వస్తూ ఉండటం గమనించే ఉంటావు. వారిని పతితులని, అయోగ్యులని నిరసించి తరిమిగొడితే వారెక్కడికి పోగలరు? వారిని ఎవరు ఆదరిస్తారు? వారికి ఆశ్రయం ఎవరిస్తారు? వారిని దారిలోపెట్టాలి. ధైర్యం చెప్పి, అండగా నిలబడాలి; ఆదరించాలి. అందరినీ ఎక్కువ తక్కువలు లేకుండా సమభావంతో చూడాలి, ప్రేమించాలి. మహనీయులతో సహజీవనం చేయడం సులభమంటారు. సర్వభూతదయ, సౌజన్య సామరస్య భావాలతో మెలగడం మహనీయులకు కరతలామలకం. అదే వారి మనోబలం. అది సహనం ఉన్నప్పుడే సాధ్యం. కనుక సదా సహనంతో వర్తించాలి సుమా!



కర్మాచరణ, జపధ్యానాదులు: తోడునీడలు

స్వామి : నీ సాధనలు నిరాటంకంగా సాగుతున్నాయా నాయనా?

శిష్యుడు : లేదు స్వామీ! అనుకొన్నంత బాగా సాగడం లేదు. నాకు తగినంత సమయం, తీరిక చిక్కడం లేదు. పని ఎక్కువగా ఉంటున్నది. అందుచేతనే...

స్వామి : తీరికలేక ధ్యానం చేయడం లేదనడం పొరపాటు నాయనా! నీకు స్థిరచిత్తం లేకపోవడమే అందుకు కారణం.

కర్మాచరణ, జపధ్యానాదులు పరస్పరం తోడునీడలుగా సాగాలి. సమయాన్నంతా జపధ్యానాదులకే వినియోగించ గలిగితే, అంతకు మించిన శ్రేయస్సు మరొకటి ఉండదు. కాని అలా చేయగలిగేవారు ఎందరున్నారు? ఏ పనీ చేయకుండా వృథాకాలక్షేపం చేసే మనుష్యులు రెండు రకాలు. ఏ పనీ చేతకాకుండా మందంగా, వట్టి వాజమ్మలా ఉండే రకం ఒకటి. సమస్త

కార్యకలాపాలకూ అతీతుడై ఋషిలా జీవించే వారు మరో కోవకు చెందుతారు. గీతలో చెప్పినట్లు కర్మ చేయకుండా కర్మరాహిత్యం ఎవరూ పొందలేరు.[1]

ధ్యానస్థితిని పొందగోరితే కర్మే సాధనం. కర్మను త్యజించి సన్న్యాసులై జీవించేవారు కూడ జీవితావసరాలైన ఆహారపానీయాదులకోసం కొంత సమయం వెచ్చించవలసి ఉంటుంది.

స్వార్థపూరితమైన కర్మాచరణకు బదులు భగవత్ప్రీతికరమై క్రియను ఆచరించు. దాన్నే భగవదారాధనగా భావించు.

శారీరకంగాను, మానసికంగాను, నైతికంగాను, ఆధ్యాత్మికంగాను నీకు శ్రేయోదాయకమైనది కర్మాచరణ, నాయనా!

నీ మనశ్శరీరాలను భగవత్పాదారవిందాలకు అర్పించు. సంపూర్ణంగా ఆత్మార్పణ గావించుకొని

1. న కర్మాణామనా రమ్భాన్నైష్కర్మ్యం పురుషోశ్నుతే ।
న చ సంన్యసనాదేవ సిద్ధిం సమధిగచ్ఛతి ॥
– *భగవద్గీత 3.4*

కర్మలను ఒనర్చకున్నంత మాత్రాన మనిషి నిష్క్రియం, వాంఛాతీతం అయిన ఆత్మస్వరూప స్థితిని పొందడు. కర్మసన్న్యాసం చేసినంత (త్యాగ) మాత్రాన నైష్కర్మ్యసిద్ధి పొందడు.

భగవంతునికి దాసునిగా. ఇలా విన్నవించుకో: "నా మనశ్శరీరాలు, నా సర్వస్వం నీకు సమర్పించుకొంటున్నాను. ప్రభూ! నేను నీ దాసుడను. నా శక్తిమేరకు నిన్ను సేవించదానికి సిద్ధంగా ఉన్నాను. నన్ను నీ ఇచ్ఛవచ్చిన రీతిలో వినియోగించుకో స్వామీ!" ఇలా మనవి చేసుకొంటే ఇహపరాలకు సంబంధించిన నీ యోగక్షేమాలను వహించే బాధ్యత ఆయన మీదే ఉంటుంది. ఆ విషయంగా నువ్వెంత మాత్రం చింతింప పనిలేదు; కాని పరిశుద్ధ హృదయుడవై, పరిపూర్ణ విశ్వాసంతో ఆత్మార్పణం గావించుకొన్నప్పుడే సుమా! సంశయంతో మాత్రం చేయకు. ఒకప్పుడు ఒక వ్యక్తి ఏటిని దాటాలని భగవన్నామం జపిస్తూనే బట్టలు ఎక్కడ తడిసిపోతాయో అని తడవకుండా ఎత్తి పట్టుకున్నాడట. అదొక కథ. శ్రీరామకృష్ణులు చెప్పిన నీతికథలో గొల్లత–పూజారి కథ అది.

ఒకప్పుడు ఒక గొల్లపడుచు ఏటికి అవతల ఉన్న ఒక బ్రాహ్మణునికి వాడుకగా పాలు పోస్తూఉండేది. పడవ రాకపోకలు సక్రమంగా లేనందున సకాలానికి రోజూ పాలు అందివ్వలేకపోయేది. ఇలా ఉండగా ఒక రోజు ఆ బ్రాహ్మణుడు ఆ గొల్లపడుచును ఆలస్యానికి నానాచీవాట్లు

పెట్టాడు. పాపం అప్పుడు ఆ గొల్లపడుచు దీనంగా ఇలా అన్నది: "నేనేం చేయగలను స్వామీ! ఇంటి వద్దనుండి పెందలకడనే బయలుదేరుతాను. ఏటి గట్టున పడవవాడి కోసం, ఏరు దాటవలసిన వారంతా వచ్చిచేరడం కోసం పడిగాపులు కాయవలసి వస్తోంది. దాంతో వచ్చేసరికి ఆలస్యం అయిపోతున్నది."

అందుకు ఆ బ్రాహ్మణుడు తేలిగ్గా నవ్వేస్తూ, "వెర్రిదానా! భగవన్నామోచ్చారణ చేసి సంసారాన్నే దాటవచ్చు. నువ్వు ఈ చిన్న ఏటిని దాటిరాలేవా?" అని అడిగాడు. అమాయకురాలైన ఆ గొల్లపడుచు ఆ పౌరాణికుని మాటను ప్రగాఢంగా విశ్వసించింది. అంతటి సులభమైన ఉపాయం చెప్పినందుకు ఎంతో సంతోషించింది.

మర్నాటి నుంచి ఉదయానే సకాలంలో ఆ బ్రాహ్మణునికి పాలు తెచ్చి ఆమె అందించసాగింది.

ఒకరోజు ఆ బ్రాహ్మణుడు సకాలంలో పాలు రావడం చూసి ఆ గొల్లపడుచుతో, "నువ్వు ఈ మధ్య చాలా పెందలకడనే పాలు తెచ్చి పోస్తున్నావు. ఎలా రాగలుగుతున్నావు?" అని యథాలాపంగా అడిగాడు. అందుకు ఆమె, "అదేమిటి స్వామీ! తమరు సెలవిచ్చినట్లే

ఆ దేవుని పేరు చెప్పుకొంటూ ఏరుదాటి రాగలుగుతున్నాను. ఇక ఆ పడవతో నాకు పనిలేదు" అన్నది.

ఆమె మాటలు విని ఆ బ్రాహ్మణుడు నిర్ఘాంతపోయాడు. అతడికి ఆమె మాటలు నమ్మశక్యం కాలేదు. కాస్త తేరుకొని ఆ బ్రాహ్మణుడు, "నువ్వు ఏటిని ఎలా దాటి వస్తున్నావో కళ్ళారా చూస్తేగాని నమ్మను" అన్నాడు. వెంటనే ఆ గొల్లపడుచు ఆ బ్రాహ్మణుని తోడ్కొని వెళ్ళి, చకాచకా ఏటి నీటిపై నడచిపోసాగింది. కాస్సేపటికి ఆమె వెనక్కు తిరిగి చూడగా ఆ బ్రాహ్మణుడు దూరంలో నీళ్ళలో నడవలేక నానా అవస్థ పడుతూ ఉండటం కనిపించింది. వెంటనే ఆమె, "ఇదెక్కడి చోద్యం స్వామీ? నోటితో దేవుని పేరు చెబుతూ బట్టలు ఎక్కడ తడిసిపోతాయో అని తడవకుండా వాటిని పైకి ఎత్తిపట్టుకొని తంటాలు పడుతున్నావే? నువ్వెక్కడి మనిషివి? దేవుణ్ణి పూర్తిగా నమ్మినట్టు లేదని తెలుస్తోంది" అన్నది బుగ్గమీద వేలువేసుకొని.

నిజమే మరి. సంపూర్ణంగా ఆత్మార్పణం చేసుకొంటేనే గాని భగవదనుగ్రహం లభించదు కదా!

శ్రీరామకృష్ణుల నిర్యాణానంతరం మేం ఐదారేళ్ళపాటు పరివ్రాజక జీవనం కొనసాగించాము. ఆ రోజుల్లో స్వామీజీ

(స్వామి వివేకానంద) నాతో ఏకాంతంలో, "ఇలా తిరుగాడుతూ ఉండటంలో ప్రయోజనం ఏమీ లేదు. శ్రీరామకృష్ణుల నిమిత్తం సేవ లొనరించు" అన్నారు.

ఆ రోజుల్లో ఎంతో కృషి చేసేవారం; కష్టం ఏమీ అనిపించేది కాదు. నిజం చెప్పాలంటే అది మాకెంతో ఫలదాయకంగా పరిణమించింది. మాకు స్వామీజీ మాట పట్ల ప్రగాఢ విశ్వాసం ఉంది. నువ్వు కూడ శ్రీరామకృష్ణుల, స్వామీజీల పట్ల ప్రగాఢ విశ్వాసం కలిగి ఉండి వారి నిమిత్తం వారికి ఇష్టమైన సేవాకార్యాలు ఒనరించు.

కార్యాచరణ, జపధ్యానాదులను జతగా సాగించాలి. ప్రారంభంలో వాటిని అలా జతపరచి సాధన కొనసాగించడం కష్టంగానే ఉంటుంది. అయినా ఫలితం లభించే వరకు విడవకుండా ప్రయత్నం చేస్తూనే ఉండాలి.

శ్రీరామకృష్ణులు ఇలా అనేవారు: "అప్పుడే పుట్టిన దూడ నిలబడడానికి ప్రయత్నిస్తుంది. అనేకసార్లు తడబడి, క్రింద పడుతుంది. అయినా ప్రయత్నం మానదు. పడుతూ లేస్తూ ప్రయత్నం కొనసాగిస్తూనే ఉంటుంది. లేచి నిలబడే వరకు మాత్రమే కాదు, పరుగెత్తడం నేర్చుకొనే వరకు తన ప్రయత్నం సాగిస్తూనే ఉంటుంది."

పారమార్థిక జీవిత ప్రారంభ దశలో ఏదో ఒక నిర్దిష్ట కార్యాన్ని చేగాని కొనసాగిస్తేనే మనస్సుకు సుశిక్షణ అలవడుతుంది. మనస్సు సుశిక్షితమైతేనే దాన్ని ధ్యానాది సాధనల్లో నియోగించేందుకు వీలవుతుంది. మనస్సుకు సరైన శిక్షణ లేకుంటే నిలకడలేక అది నలువైపులా సంచరిస్తుంది. నిలకడలేని మనస్సు ధ్యాన సమయంలో చంచలమవుతుంది.

ఆధ్యాత్మిక వికాసం పొందిన వ్యక్తికి ధ్యానప్రార్థనలలోనే కాలం గడపవలసిన సమయం ఆసన్నమౌతుంది. ఆ సమయం రాగానే కర్మాచరణ అతడి నుండి తనంతట తానుగా తొలగిపోతుంది. మనస్సులో ఆధ్యాత్మిక చైతన్యం జనించినప్పుడు ఇది సంభవిస్తుంది.

చైతన్యరహితమై కేవల సంకల్పబలం చేతనే అనుష్ఠించే ఆధ్యాత్మిక సాధనలు ఎంతోకాలం కొనసాగవు. విసుగు జనించవచ్చు. కాదు కూడదని మరీ మొండికేస్తే మతిభ్రమణం ఏర్పడే ప్రమాదం కూడ ఉంది. కొందరు ఆషామాషీగా ఆధ్యాత్మిక మార్గం అవలంబిస్తూ, తక్షణమే లౌకిక విషయాల్లో మునిగిపోతారు. అలా చేయడం ఎన్నటికీ క్షేమదాయకం కాదు.

బ్రహ్మచర్యం పాటిస్తే ఎంతో శక్తిని సముపార్జించడానికి వీలవుతుంది. నిజమైన బ్రహ్మచారి పనిలో తానొక్కడే పాతికమంది పెట్టు. కనుక బ్రహ్మచర్యంతో బాటు జపధ్యానాలు చేస్తూ, సాధుసాంగత్యంలో కాలం గడుపు.

తమ జీవితాలకు అనువైన మార్గం ఏదో నిర్ధారించుకోవడం ఎందరికో తెలియదు. అందుకే సత్సాంగత్యం నెరపమంటారు. ఏకాంతంలోగాని, సాధుసాంగత్యంలో గాని కొంతకాలం గడపనిదే ఎవరికీ వారివారి మనస్తత్త్వాలు బోధపడవు. సాధుసాంగత్యం విచక్షణాజ్ఞానాన్ని కలుగజేస్తుంది.

మనస్సు గందరగోళంగానో, అల్లకల్లోలంగానో ఉన్నప్పుడు ఆధ్యాత్మిక వికాసం దుర్లభం.

ప్రతి ఒక్కరికి స్వతంత్ర ఆలోచన ఉండాలి. తాను ఎంచుకొన్న మార్గంలో పయనించి ప్రతివ్యక్తీ ఆత్మవికాసం పొందాలని నా ఆకాంక్షా, ఆశయమూ. కొందరికి స్వయం నిర్ణయం ఉండదు. అలాంటి వారికి నా సాయం ఎప్పుడూ ఉంటుంది.

జీవితానికి సార్థకత, శాశ్వతత్త్వం సంతరింప చేసుకోవడం నీ ఆధీనంలోనే ఉంది. భగవత్సేవార్థం ఎన్ని

జన్మలను వినియోగించినా కాలం వ్యర్థమూ కాదు, జన్మ నిరర్థకమూ కాదని తెలుసుకో.

అట్టి జన్మ ఎన్నటికీ నిరర్థకం కాబోదు. శ్రీరామకృష్ణుల దయతో నీ ఆధ్యాత్మిక మార్గం ఏదో స్వయంగా నువ్వే తెలుసుకోగలవులే! ఆహార నిద్రాదుల సంతృప్తిలో ఇక ఎంతమాత్రమూ కాలాన్ని వృథాచేయకు. ప్రాలుమాలడం విడిచిపెట్టు. లేకుంటే పారమార్థిక సాధనలు సక్రమంగా అనుష్ఠించలేవు. నువ్వు ఏ పని చేస్తున్నా, మనస్సు నిలిపి చెయ్యి. స్వామీజీ చెప్పినట్లు కర్మరహస్యం అంటే ఇదే.

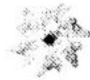
భగవత్ప్రీత్యర్థం పనిచెయ్యి. పనిని ప్రారంభించ బోయే ముందు భగవత్ ప్రార్థన చేసి మరీ మొదలుపెట్టు ప్రారంభంలోనే కాదు, మధ్యలో, పని ముగించిన తరువాత కూడ భగవంతుని స్మరించి, ప్రణమిల్లు. శ్రీరామకృష్ణుల ఉపదేశాలను నెమరువేసుకొంటూ కాలం గడుపు. నువ్వు చేసే ప్రతి పనీ ఆయన సేవగా భావించి చెయ్యి.

మనశ్శాంతికి ప్రయత్నించు. సోమరితనానికి బానిసవుకాకు. మనస్సంతృప్తి, సంతోషంకోసం కృషి సలుపు. ఒక తీరైన దారీతెన్నూ గానకుండా మనస్సును

తిరుగనిస్తే ఎన్నో ప్రమాదాలకు గురికావలసి వస్తుంది. కామక్రోధాదులు నిన్ను వశం చేసుకొంటాయి.

జపధ్యానాదులు ఒనరిస్తే ఇంద్రియ నిగ్రహం కలుగుతుంది. నువ్వు వాటిని జయిస్తావు. అవే నీకు స్వయంగా లొంగిపోతాయి. ప్రారంభం నుంచే వాటిని నీ అదుపు ఆజ్ఞలలో ఉంచడానికి ప్రయత్నించాలి.

సాధనా మార్గాన్ని అవలంబించు, జపధ్యానాలు కొనసాగించు. నిరంతరం సాధన సాగిస్తే క్రమంగా భగవత్ చింతనామగ్నుడవై గంటల పర్యంతం ధ్యాననిష్ఠలోనే ఉండాలని కోరుకొంటావు. ప్రారంభ దశలో సాధకుడు రోజుకు నాలుగైదు పర్యాయాలు కాస్సేపు ధ్యానానికి ఉపయోగించడం క్షేమం. నీకు ఇష్టం ఉన్నా లేకున్నా జపసాధన చేయాలి. దీక్షపూని చేశావంటే మనస్సు ధ్యానంలో మగ్నమవడం తథ్యం. ప్రశాంతత పొందాలంటే నియమంగా సాధన చేయాలి. అప్పుడు ఆత్మప్రబోధం కలిగి తీరుతుంది. ఆ ప్రబోధం జనించినప్పుడు, నీలోని కామ క్రోధాదులన్నీ అణగిపోతాయి.



స్వీయమోక్షం - జగత్కళ్యాణం

స్వామి : స్వామి తురీయానంద, నేను ఆబూ పర్వతం మీద వసిస్తున్న రోజుల్లో స్వామి వివేకానంద నుంచి మాకు ఓ ఉత్తరం వచ్చింది. అది ఆయన అమెరికా వెళ్ళబోయే ముందు మాట.

'బహుజన హితార్థమూ, బహుజన సుఖార్థమూ మీ జీవితాలను వినియోగించడమే మీ ధర్మం. అదే పరమార్థం.' ఇదీ ఆ ఉత్తరంలోని విషయం. నిజమే స్వార్థం నిమిత్తం చేసే పని ఎన్నటికీ పరమార్థం కాదు కదా! ఎంతటి అద్భుత సత్యం! ఆయన వచనాలు నా మనోఫలకంపై చెరగని ముద్ర వేశాయి.

మీరు నిర్వర్తించే శ్రీరామకృష్ణ సేవాసంఘ కార్యకలాపాలు మీ ధ్యానానికి, మీ ఆత్మవికాసానికి ఆటంకాలని మీలో కొందరు భావిస్తున్నట్లుగా నా చెవినబడింది. స్వామి ప్రేమానంద, నేను దాన్ని నిరాధారంగా పరిగణిస్తున్నాం. మా ఉద్దేశాన్ని మీరు

గ్రహించలేదు. మీకు ప్రత్యేకంగా అప్పగించిన కార్యకలాప నిర్వహణతోబాటు, నియమబద్ధమైన మీ జపధ్యానాదులను కొనసాగిస్తూ ఉండవలసినదేనని పదే పదే నొక్కి వక్కాణిస్తున్నాను. కార్యారంభంలో, మధ్యలో, ముగింపులో కూడ భగవన్నామ స్మరణను మీరు మానకూడదు.

'విధి నిర్వహణతోబాటు ధ్యానప్రార్థనాదులు కూడ ఆచరించండి' అని స్వామీజీ చెప్పడం తరచు వింటూనే ఉన్నాం కదా! ప్రారంభ దశలో రేయింబవళ్ళు ధ్యానమగ్నులై ఉండటం ఎవరికైనా సాధ్యమేనా? ఊహు. కాబట్టి మీరు బంధముక్తులై, సంగరహితులై పరహితార్థం కర్మలు ఆచరించాలి. కర్మలు చేయకుంటే దురాలోచనలు, పనికిమాలిన విషయాలు మనస్సులో జొరబడి మనస్సును కలుషితం చేస్తాయి.

నిత్యకృత్యాలతోపాటు పూజాధ్యానాలను అనుష్ఠించాలనే ఆదర్శాన్ని గీతాది శాస్త్రాలు వక్కాణిస్తున్నాయి. స్వానుభవపూర్వకంగా నేను దీన్ని ధ్రువపరుస్తున్నాను.

'పూజాధ్యానాదికాలు, కర్మాచరణ అన్నవే ఆధ్యాత్మిక వికాసానికి సునిశ్చితమైన మార్గాలు.'

ఇప్పుడు జరుగుతున్న ఘోరసంగ్రామాన్ని చూస్తున్నారు కదా! నిరర్థకమైన దేశభక్త్యావేశంతో జనం

తమ ఆలుబిడ్డలను, సమస్త సుఖాలను విడిచిపెట్టి కేవలం లౌకిక ప్రయోజనం కోసం ప్రాణాలు అర్పిస్తున్నారే![1]

అలాంటప్పుడు ఉత్తమ ఆదర్శాలకై, భగవత్సాక్షాత్కార నిమిత్తమై, జగత్కళ్యాణార్థమై ఇల్లువాకిలీ, సమస్త సౌఖ్యాలు విడిచిపెట్టి శ్రీరామకృష్ణుల చరణ సాన్నిధ్యంలో ఆత్మసమర్పణ గావించుకొంటే ఎంత మహత్తర ప్రయోజనం ఉంటుంది! అలాంటి ఉత్తమ కార్యాచరణని తప్పించుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తారా?

స్వామీజీ మాతో ఇలా అనేవారు: "పరహితార్థం జీవితాన్ని వ్యర్థపుచ్చుతున్నామని భావిస్తున్నారా? వ్యర్థమే కానివ్వండి. నిరర్థకమైన విషయాలకై మీరు ఇంతకు పూర్వం ఎన్ని జన్మలు వ్యర్థం చేసి ఉండలేదు? లోకోపకారార్థం ఈ ఒక్క జన్మ వృథాయైతే ఏం ఫరవాలేదు."

కాని నీ జీవితం వ్యర్థం కాదని నేను చెబుతున్నాను. నీ కర్మాచరణ మూలంగా భగవత్సాక్షాత్కారం పొందుతావు.

జపధ్యానాదులకు వలసినంత సమయం, అనుకూల పరిస్థితులు అవసరం అనడంలో సందేహం లేదు. కాని జపధ్యానాదులు అనుష్ఠింపదలచినవారు ఎట్టి పరిస్థితులు

1. మొదటి ప్రపంచ యుద్ధం సూచితం.

ఎదురైనా, మానరు. వ్యవధి లేదనో, అనుకూల ప్రదేశం లభించలేదనో చెప్పేవారు మాత్రం ఈ జన్మలో ఏదీ సాధించలేరు. ఊరకే ఉన్నా, పనిలో ఉన్నా దైవస్మరణను అలవరచుకోండి.

ఇట్టి భావవాహినియే ధ్యానం. భగవత్ స్మరణ విషయంలో దేశకాల పరిస్థితులను గమనించవలసిన పనిలేదు. సాధనలో మనస్సును లగ్నంచెయ్యి. ఆహా! అది ఎంతటి దివ్యానందమో! ఆ ఆనందాన్ని ఒక్కమారు చవిచూడు. ఆపైన మరేదీ నీకు రుచించదు.

కర్మాచరణం అంటే భయం ఎందుకు? భగవంతుని గురించి, భగవదనుగ్రహాన్ని పొందడానికి కర్మను ఆచరించాలి. స్థిరచిత్తంతో కర్మను ఆచరించాలి సుమా! అతిసామాన్యమైన కర్మయైనా, మహాఘనకార్యమైనా అమిత శ్రద్ధాభక్తులతో ఆచరించాలి. అలాంటప్పుడు సాంసారిక క్రియాకలాపాల్లో నిలకడైనవారు, ఆధ్యాత్మికమైన సాధనలలో కూడ నిలద్రొక్కుకొని మనగలుగుతారు.

సదా కర్మపట్ల విశేష పూజ్యభావంతో, కర్మఫలాన్ని గురించి ఉదాసీనభావంతో అంటే ఫలాపేక్ష ఆశించక కర్మాచరణ కొనసాగించాలి. చేసే ప్రతి పని భగవదర్పణగా భావించి చేసినట్లయితే, నీకు కర్మాచరణ పట్ల ఎన్నటికీ అరుచి కలుగదు, ఆసక్తి తరుగదు.

ఆ కిటుకు తెలియనప్పుడే మనోక్షోభం కలుగుతుంది. మనస్సు వ్యాకులత చెందితే పారమార్థిక జీవితంలోగాని, లౌకిక విషయాలలోగాని విజయం సాధించలేవు. పేరుప్రతిష్ఠలు సముపార్జించడానికి ఘనకార్యాలు చేయడం సులువే. అట్టి కార్యాలను బట్టి ఆ వ్యక్తి యోగ్యతను, అర్హతను నిర్ణయించలేము.

నిజానికి ఒక వ్యక్తి ఎలాంటివాడో తెలుసుకోగోరితే అతడి నిత్యవిధులు ఎలాంటివో పరిశీలించాలి. అతడి యథార్థ స్వరూపాన్ని వెల్లడించేవి నిత్యకృత్యాలే. కర్మయోగి అయినవాడు ఏ పనినైనా, చివరకు ఎంత నికృష్టమైన పనినైనా ఏవగించుకోక మనస్ఫూర్తిగా దాన్లో లీనమై చేస్తాడు. జనం మెప్పు పొందాలనే ఆకాంక్ష అతడికి ప్రేరణ కాదు.

ఒక వంక కర్మకలాపాలు ఆచరిస్తూ భగవంతుణ్ణి మరిచావంటే అహంకారం నిన్ను క్రమ్మేసిందని తెలుసుకో. కనుక నువ్వు కర్మాచరణుడవై ఉన్నా భగవంతుని ఎన్నడూ విస్మరించరాదు. నీ సాధనలను నిష్ఠతో కొనసాగిస్తూనే ఉండాలి.

ఒక యువశిష్యుడు ఏకాంత ప్రదేశానికి పోయి తపస్సు చేయాలని నిశ్చయించుకొన్నాడు. అందుకై స్వామి



అనుమతి కోరాడు. అతడి నిశ్చయాన్ని విని స్వామి ఆందోళన చెంది, "స్వామి శివానందని ఇక్కడకు రమ్మన్నానని చెప్పు" అని మాత్రం అన్నారు.

స్వామి శివానంద వచ్చి, స్వామి బ్రహ్మానంద ప్రక్కన కూర్చున్నారు. అప్పుడు స్వామి ఆతురతతో ఇలా అన్నాడు: "చూడు తారక్‌భాయీ! (స్వామి శివానంద పూర్వాశ్రమ నామధేయం తారక్‌నాథ్ ఘోషాల్) తపస్సు చేసుకోవడానికి ఈ కుర్రవాడు ఇక్కడ నుంచి వెళ్ళిపోతానంటున్నాడు. మన కుర్రవాళ్ళ ధోరణి ఈ విధంగా ఎందుకు మారుతున్నదో నాకు అంతుబట్టడం లేదు."

"స్వామి రామకృష్ణానంద ఆదర్శజీవితంతో పునీతమైన ప్రదేశం కదా ఇది. ఈ మఠంలో ఆయన ఎంతటి అద్భుత ఆధ్యాత్మిక వాతావరణాన్ని సృష్టించాడు! ఇంత పవిత్రమైన వాతావరణం మరెక్కడ ఉంటుంది? ఈ కుర్రవాళ్ళు అసలు తపస్సు చేయాల్సిన అగత్యం ఏం వచ్చిపడింది? వీరందరి నిమిత్తం మనం చేసింది చాలదా? వీరి బుద్ధికి నిలకడ లేకపోవడమే వీటన్నిటికి కారణం. అందుకే ఈ వెర్రిమొర్రి ఆలోచనలు."

ఆ పిదప ఆ యువ శిష్యునితో ఇలా అన్నారు: 'భగవంతుడు ఎక్కడ ఉన్నాడు?' అని నువ్వు అనుకొన్నంత



కాలం నీకు దక్కేది అశాంతే. భగవంతుడు (హృదయాన్ని సూచిస్తూ) ఉన్నది ఇక్కడ అని నువ్వు గ్రహించగలిగినప్పుడే నీకు శాంతి లభిస్తుంది. అంతవరకు ఏమీ కాదు.

దేశద్రిమ్మరివై ఒక చోటునుంచి మరో చోటుకు తిరుగుతూ ఉంటే ఏం ప్రయోజనం? అలా దిమ్మతిరిగే వందలాది బైరాగులను, సన్యాసులను నువ్వు చూడడం లేదా? వాళ్ళు సాధించింది ఏముంది? నువ్వూ వాళ్ళలాగానే తయారవ్వాలా? ఒక మహత్తరమైన ప్రయోజనాన్ని సాధించాలనే సదుద్దేశంతో స్వామి వివేకానంద ఈ మఠ సంస్థను నెలకొల్పారు. ఆ విషయం అర్థంచేసుకొని అందుకు అనుగుణంగా నీ నడవడిని మలచుకొని జీవించు. వ్యక్తి అనుష్ఠించే ఆధ్యాత్మిక సాధనల ఫలితంగానే మఠానికి పవిత్రత చేకూరుతుందని గ్రహించు (ద్వైవాన్వేషణ ప్రకరణం చివర చూడండి)

భగవాన్ శ్రీరామకృష్ణులు వసించిన రోజుల్లో దక్షిణేశ్వరాలయంలో ఎంత అద్భుత ఆధ్యాత్మిక వాతావరణం వెల్లివిరిసిందో.

మా పడవ రేవును చేరి ఆలయఘట్టం మెట్లను ఆనుకొంటే చాలు; స్వర్గధామాన్ని సాక్షాత్తు పరంధామాన్ని చేరినట్లు మాకు అనిపించేది. పైగా సోదరశిష్యులమైన

మేం పరస్పరం ఎంతటి ప్రేమానురాగబద్ధులమై ఉండేవారమో! అంతటి అనురాగబంధాలు ఈ మధ్య కాలంలో కానరావడం లేదు. సాధువు అయిన వ్యక్తి ప్రేమామృతమైన మనస్తత్త్వం కలవాడై ఉండాలి. ఎన్నడూ ఎవరితోనూ పరుషంగా మాట్లాడరాదు. బృందావనంలో కలుసుకున్న సాధుపుంగవుని ఉదంతం నాకిప్పుడు జ్ఞప్తికి వస్తోంది.

నేను వెళ్ళే ఆలయానికి ఆయన రోజూ వచ్చేవాడు. ఇలా ఉండగా ఒకసారి ఆయన కొన్నిరోజుల తరబడి ఆలయంలో కనబడకపోయేసరికి నేను దిగులు చెందాను. మరి కొన్నిరోజులు గడిచాక, ఆయన ఆలయంలో కనిపించాడు. 'మీరు ఇన్నాళ్ళుగా ఆలయానికి ఎందుకు రాలేదు?' అని ఆతురతతో ఆయన్ను అడిగాను.

'కాలు నొప్పి చేసినందున రాలేకపోయాను' అని ఆయన ముక్తసరిగా జవాబిచ్చాడు. 'ఎందువల్ల?' అని నేను ఎదురు ప్రశ్న వేశాను. అప్పుడు ఆయన జరిగిన ఉదంతం గురించి ఇలా చెప్పాడు:

'జనసమ్మర్దంలో ఒకరోజు ఎవరో భక్తుని కాలు నా కాలిమీద పడినందున, కాలు నొప్పిచేసి కాస్త ఇబ్బంది కలిగింది.'



ఆయన చెప్పే తీరు విని నిర్ఘాంతపోయాను. ఎవడో కళ్ళునెత్తికెక్కి తన కాలు ఖసుక్కున తొక్కాడని ఆయన చెప్పలేదు. అందుకు కారణం ఆయన దృష్టిలో ప్రతి పాదమూ భగవంతుని పాదమే. భగవంతుడే స్వయంగా పాదాన్ని తన కాలిపై మోపి ఉంటాడని ఆయన భావన.

మీరందరూ ఇంగితంతో ప్రవర్తిస్తే, మీ హృదయాలు ప్రేమరంజితాలైతే ఎంతో సామరస్యం ఏర్పడుతుంది. మీ ప్రేమానురాగాలన్నిటికీ భగవంతుడే కేంద్రంగా భావించండి. మీ సాధనలు కొనసాగడానికి అనువైన వసతులన్నీ ఈ మఠంలో అమరి ఉన్నాయి కదా!

నువ్విప్పుడు యువకుడవు, నియమనిష్ఠలను పాటించడానికి తరుణం ఇదే. వయస్సు పైబడ్డాక నువ్వేం చేయగలవు? హృదయంలో ప్రేమను పెంపొందించుకో, సర్వమూ సాధించగలుగుతావు.

నిరుత్సాహం చెందకు. ప్రారంభంలో నువ్వు కనబరచిన ఉత్సాహం అంతా ఇప్పుడు ఏమైపోయింది? ప్రస్తుతం అనుష్ఠిస్తున్న సాధనతోనే తృప్తిచెందినట్లు కనబడుతున్నావు? అలా సంతృప్తుడవు కారాదు. సాధన పరంగా అసంతృప్తుడవే అయివుండాలి. అన్వేషణ సాగించి, ముందడుగు వేసేందుకు ప్రయత్నించు; వజ్రాల గని చేజిక్కే వరకు ఆగవద్దు.

శ్రీరామకృష్ణులు తరచు చెప్పే నీతికథను స్వామి ఇక్కడ ప్రస్తావిస్తున్నారు.

ఒకప్పుడు కట్టెలు కొట్టేవాడొకడు అడవికి పోయి కట్టెలుకొట్టి తెచ్చి, వాటిని అమ్మి ఆ వచ్చిన డబ్బుతో జీవయాత్ర భారంగా సాగిస్తూండేవాడు. ఇలా ఉండగా ఒకరోజు ఈ కట్టెలు కొట్టేవాడు కట్టెలు కొడుతూ ఉన్నప్పుడు ఒక సన్న్యాసి ఆ అడవి దారివెంట పోతూ అతణ్ణి చూసి, "ఇంకా ముందుకుపో, లబ్ధి పొందుతావు" అన్నాడు యథాలాపంగా. మర్నాడు ఆ కట్టెలుకొట్టేవాడు ఆ సన్న్యాసి మాటలను పాటించి అడవిలో మరింత ముందుకు పోయాడు. అక్కడ అతడికి మంచిగంధం చెట్లు కనిపించాయి. అతడు అమితానందభరితుడై తాను మోయగలిగినన్ని గంధపు చెక్కలు కొట్టి, వాటిని విక్రయించి బాగా ధనం అర్జించాడు. అంతటితో అతడు ఊరుకోలేదు. 'ఆ సన్న్యాసి తనను ఇంకా ముందుకు పొమ్మన్నాడేగాని గంధం చెట్ల వద్ద ఆగిపోమ్మనలేదే' అని తలపోసి, ఒకరోజు అడవిలో గంధం చెట్లను దాటి మరికొంత దూరం వెళ్ళాడు. అక్కడ అతడికొక రాగిగని కనిపించింది. ఆ రీతిలో అతడు నానాటికి మున్ముందుకు వెళ్ళగా అతడికి వెండిగని, బంగారుగని, వజ్రాలగని

కనిపించాయి. ఆ కట్టెలుకొట్టి దుర్భర జీవనం సాగించే ఆ వ్యక్తి ఆఖరికి అపర కుబేరుడయ్యాడు.

బ్రహ్మజ్ఞానం సముపార్జించగోరే వ్యక్తి విషయం కూడ ఇంతే. ఏ కొద్దిపాటి సిద్ధులనో, మహిమలనో, శక్తినో సంపాదించగానే తాను సకలమూ సాధించాననుకోరాదు. పట్టుదలతో సాధన సాగిస్తూనే ఉండాలి. అప్పుడే శాశ్వతమైన బ్రహ్మానంద ప్రాప్తికి అర్హుడవవుతావు.

నువ్వు శ్రీరామకృష్ణుల అండన చేరావు. చిన్న వయస్కుడవు, పవిత్రుడవు. మహోన్నతుడవడానికి వలసిన అవకాశాలు ఎన్నో దివ్యంగా అమరివున్నాయి నాయనా! మా మాట విను. మేము చెప్పేవాటిని ఆసక్తితో ఆచరించడానికి గట్టి ప్రయత్నం చేయరాదా? నీ మనస్సును, మాటను ఏకం చెయ్యి. నీ మనస్సు నిన్ను మోసం చెయ్యకుండా చూసుకో!

'ఆత్మనోమోక్షార్థం జగద్ధితాయచ' అన్నట్లు స్వీయమోక్షం – జగత్కళ్యాణం అన్నదే స్వామి వివేకానంద ఆదర్శం. అందుకై ఒక చేత్తో భగవత్పాదారవిందాలను పుచ్చుకొని, రెండవ చేత్తో జగత్కళ్యాణకరాలైన కార్యాలను ఒనరించు.



ఏకాగ్రతే ఏకైక మార్గం

పేరు ప్రతిష్ఠలు తెచ్చిపెట్టే ఘనకార్యాలు ఒనరించడం సులభం. కాని నిజమైన కర్మయోగి పేరు ప్రతిష్ఠల నిమిత్తం ఏ పనీ చేయడు; పేరు కోసం తాపత్రయపడడు. తను చేసే పని అల్పమైనదైనా, ఘనమైనదైనా దానిని భగవదారాధనగానే భావించి మనస్ఫూర్తిగా నిర్వర్తిస్తాడు.

మనిషిలోని మంచిచెడులను అతడి నడతను అతడి ఆచరణనుబట్టే కదా నిర్ధారించడం జరుగుతుంది.

ప్రతి వ్యక్తీ తనకు ఇష్టమైన పనిని చేయాలనే తలుస్తాడు. కాని కర్మరహస్యం, కీలకం అది కాదు. నువ్వు ఏ పని చేస్తున్నా, అది నీకు ప్రియమైనా, అప్రియమైనా దైవకార్యంగా ఎంచి దానిని నిర్వర్తించాలి. ఏ పని చేసినా దాన్ని భగవదారాధనగానే భావించడం నేర్వాలి. మనస్సును మూడుపాళ్ళు భగవంతునిపై నిలిపి, నాలుగవ పాలు కర్మాచరణకు వినియోగిస్తే, నాడు నువ్వు చేసే ప్రతి పనీ

దైవారాధనే అవుతుంది. అప్పుడు నీ హృదయం పరమానందభరితమవుతుంది.

ఎలాంటి పరిస్థితులలోను, నువ్వు ఏ కార్యంలో నిమగ్నుడవై ఉన్నప్పటికీ సాధనలను విడిచిపెట్టకూడదు. జపధ్యానాదులు వీడి, కేవలం క్రియాశీలుడవే అయితే తప్పక అహం తలెత్తుతుంది. దాని వలన కలహం ఏర్పడి, కలతలకు కారణభూతమవుతుందని తెలుసుకో.

(ఎవరో ఒక సీసా పగులగొట్టారట) అప్పుడు స్వామి ఏమన్నారో తెలుసా? అయ్యో, ఎంత అజాగ్రత్తగా ఉన్నావు? నీ ధ్యాస ఎక్కడుంది? ఇంత నిలకడలేని మనస్సుతో నువ్వు ఏం సాధించగలవు? పని చిన్నదైనా, పెద్దదైనా మనస్సుపెట్టి చేయకుంటే, సానుకూలమౌతుందా? దీనికైనా ఏకాగ్రత అత్యవసరం సుమా! కర్మాచరణలో ఏకాగ్రత ఉంటేనే ధ్యానసమయంలో కూడ ఏకాగ్రత కుదురుతుందని గ్రహించు.

కర్మరహస్యాన్ని చెబుతాను విను. మొదట నీ సొంత పనులపట్ల ఇష్టం పెంచుకో. కాని ఫలితాన్ని ఆశించకు.[1]

---

1. కర్మణ్యేవాధికారస్తే మా ఫలేషు కదాచన ।
మా కర్మఫలహేతుర్భూర్మాతే సఙ్గోఽస్త్వకర్మణి ॥
– గీత 2.47

→

కర్మాచరణ వల్లనే మోక్షప్రాప్తి లభిస్తుందని గీతాచార్యుని వాక్కు. కాని తీవ్రవైరాగ్యం ఉన్నప్పుడే అది సాధ్యం. మోక్షం పొందాడంటే అతడు కర్మయోగి అని నువ్వు గ్రహించాలి. శారీరక, మానసిక, ఆధ్యాత్మిక శక్తులన్నిటిని కూడగట్టుకొన్నప్పుడే నువ్వు భగవదనుగ్రహానికి పాత్రుడవు కాగలవు.

కనుక కర్మాచరణుడవు కావాలి. సదా భగవంతుని స్మరిస్తూ ఉండాలి. శ్రద్ధ లోపించిన వ్యక్తికి భగవత్ప్రాప్తి లభించదు. శ్రద్ధ కలిగి ఉండాలి. నిజమైన శ్రద్ధ ఉన్నవాడికే భగవత్ప్రాప్తి తథ్యం. శ్రద్ధ లేనివాడు చిల్లిగవ్వకు కొరగాడు. శ్రద్ధ లుప్తమైన కార్యాలన్నీ వ్యర్థమే సుమా! శ్రద్ధాభక్తులు ఉన్నవాడే సంశయరహితుడై ఉంటాడు. త్యాగవైరాగ్యాలు లేనిదే శ్రద్ధాభక్తులు అంకురించవు. వైరాగ్యం ఎంతో అవసరం. అది అహంకారానికి గొడ్డలిపెట్టు అని గ్రహించు. కనుక కర్మాచరణకు ఏకాగ్రత ఉండే తీరాలి.



→ కర్మ ఒనర్చడానికి మాత్రమే నీకు అధికారం ఉంది, కర్మఫలాలకు ఎన్నడూ లేదు. ఫలాలను ఉత్పన్నం చేసే కర్మలను ఒనర్చకుందువుగాక! కర్మలను విడనాడటంలో ఆసక్తి పొందకుందువు గాక!

సాధకుని హృదయం శాంతికి నిలయం

శిష్యుడు : స్వామీ! భగవంతునికై పరితపించాలి అన్నారు కదా! అది ఎలా సాధ్యం?

స్వామి : సాధుసాంగత్యం వల్ల నీ మనస్సు నిర్మలమౌతుంది. ఆపైన నియమనిష్ఠలు పాటించావంటే భగవత్పరితాపం, అంటే భగవంతుని గురించి తెలుసుకోవాలనే ఆరాటం నీలో పెంపొందుతుంది. అదే మార్గం నాయనా!

శిష్యుడు : అయితే, శాంతి ఎలా కలుగుతుందో సెలవియ్యండి స్వామీ!

స్వామి : భక్తుని హృదయమే శాంతికి ఆలవాలం. భగవత్ప్రాప్తి పొందకుంటే జీవితం నిస్సారం అని గ్రహించు. జీవితాన్ని సార్థకం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నించు. అప్పుడు నీకు శాంతి లభిస్తుంది. సంసారంలో శాంతి కరవైనప్పుడు హృదయంలో వైరాగ్యం జనిస్తుంది. అప్పుడు భగవంతునికై వెదకడం ప్రారంభిస్తావు. సంసారం నిస్సారమని

అవగతమయ్యేకొద్దీ భగవద్భక్తి, దానితోపాటు శాంతి పెల్లుబుకుతాయి. దాహం మిక్కుటమయ్యేకొద్దీ నీటికి ఉన్న మాధుర్యం మరింతగా తెలిసి వస్తుంది. అంతటి పిపాస కలిగినప్పుడే భగవంతుని ఆశ్రయించాలని, ఆశ్రయిస్తే శాంతి లభిస్తుందని అంతరార్థం.

శిష్యుడు : ప్రేమ లేదా భక్తి కలగాలంటే?

స్వామి : ధ్యానప్రార్థనాది సాధనల ద్వారా అవి కలుగుతాయి.

శిష్యుడు : లోకంలో ఉంటూనే మనిషి భగవంతుని దర్శించగలడా స్వామీ?

స్వామి : అంటే లోకంలో ఉండకుండా లోకం వెలుపల కూడ ఉంటాడంటావా?

శిష్యుడు : అది కాదు స్వామీ! 'సంసారంలో ఉంటూనే' అని నా ఉద్దేశం.

స్వామి : ఓహో! అతడూ తరిస్తాడు. కాని అధికంగా ప్రయత్నం చేయాలి.

శిష్యుడు : వైరాగ్యం జనించిన పక్షంలో సంసారం పరిత్యజించాలా?

స్వామి : తప్పక పరిత్యజించాలి. నిజమైన వైరాగ్యం అయిన పక్షంలో అది కార్చిచ్చులా మనస్సును

క్రమ్మివేస్తుంది. శ్రీరామకృష్ణులు అన్నట్లు, 'వల నుండి బయట పడ్డ చేపలా' సంసారాన్ని పరిత్యజించిన విరాగి తిరిగి బంధంలో పడడానికి ఇష్టపడడు, నాయనా!

శిష్యుడు : గురువు ప్రమేయం లేకుండా భగవత్సాక్షాత్కారం సాధ్యమేనా స్వామీ?

స్వామి : గురువు ప్రమేయం లేకుండా అంత సులభసాధ్యం కాదు, నాయనా! మంత్రోపదేశం మూలంగా భగవత్ప్రాప్తికి మార్గాన్ని చూపేవాడు గురువే! ఆతడు సాధనారహస్యాన్ని తెలియచేస్తాడు. శిష్యుడు మార్గభ్రష్టుడు కాకుండా గురువు సదా వెయ్యికళ్ళతో గమనిస్తూ ఉంటాడు. ఇదంతా, గురువు స్వయంగా బ్రహ్మజ్ఞాని అయినప్పుడే సుమా!

శిష్యుడు : చిత్త ఏకాగ్రత ఎలా కలుగుతుంది స్వామీ?

స్వామి : సాధనల మూలంగా. అంటే విద్యుక్తంగా పూజ జపధ్యాన ప్రార్థనలు చేస్తూ ఉండాలి. రోజుకు రెండు గంటలసేపు ధ్యానం చేయగలిగితే చాలదు. సాధన చేస్తూన్నకొద్దీ మనస్సుకు ఏకాగ్రత చేకూరుతుంది. నిత్యం విధిగా సాధన కొనసాగిస్తూనే ఉండాలి.

సగుణ సాకారమైన తన ఇష్టదేవతను గూర్చి సాధకుడు మానసికారాధనతో సాధనను ప్రారంభించాలి.

అప్పుడు తేజోరూపుడైన తన ఇష్టదేవతామూర్తిని ధ్యానిస్తూ క్రమంగా ఆ రూపాన్ని నిరాకార రూపంగా మలచుకోవాలి. భగవంతుడు సగుణ నిర్గుణ స్వరూపుడని, ఇంకా ఈ రెండిటికీ అతీతుడని ఇందుమూలంగా గ్రహించాలి.

శిష్యుడు : 'బ్రహ్మసత్యం – జగన్మిథ్య' అనే వేదాంత వాక్యానికి అర్థం ఏమిటి స్వామీ?

స్వామి : ఈ కానవచ్చే ప్రపంచం యావత్తు మిథ్య అనీ, అశాశ్వతమనీ, భగవంతుడు ఒక్కడే శాశ్వతుడనీ, అదే సత్యమనీ అర్థం. సమాధిస్థితిలో ఉన్నప్పుడు ఈ బాహ్యప్రపంచం అదృశ్యమౌతుంది. ఆధ్యాత్మవిదుణ్ణి కనుక తన అనుభవాన్ని గురించి చెప్పమని అడిగితే అతడి సమాధానం ఇలా ఉంటుంది.

ఆ స్థితిలో ఉన్నదంతా దివ్యానందమే. అక్కడ నేను నువ్వు అనే తారతమ్యం ఉండదు. సర్వమూ అఖండ సచ్చిదానంద బ్రహ్మమే. ఆ ఆనందానుభూతి ఎల్లలెరుగనిది, అది వర్ణనాతీతం.

శిష్యుడు : అయితే స్వామీ, భగవంతుడు ఉన్నాడు అనేందుకు నిదర్శనం ఏదైనా ఉన్నదా?

స్వామి : ఎందుకు లేదు? 'నేను భగవంతుణ్ణి దర్శించాను. నువ్వూ దర్శించగలవు' అంటాడు జ్ఞాని.

" 'గంజాయి' అన్న మాట విన్నంత మాత్రానే మత్తు కలుగుతుందా బాబూ? గంజాయి తెచ్చి, తగిన దినుసులతో కలిపి పానీయం తయారుచేయాలి. ఆ పానీయం సేవించిన కొంతసేపటికి మత్తు కలుగుతుంది" అనేవారు శ్రీరామకృష్ణులు. అందుకే సాధనలు అనుష్ఠించి సహనంతో వేచి ఉన్నప్పుడుగాని భగవద్దర్శన భాగ్యం లభించదని నేను చెబుతున్నాను.

శిష్యుడు : జపం చేస్తూ ఉన్నప్పుడు ఒక్కోసారి నా మనస్సు భావశూన్యమైపోతుంది స్వామి. అందుకు కారణం ఏమై ఉంటుంది?

స్వామి : ఆత్మవికాస మార్గంలో అదొక అంతరాయం అన్నమాట. ధ్యానాన్ని జపంతో మేళవించి సాగించాలి నాయనా!

ధ్యానమంటే? భగవత్పరమైన ఎడతెగని భావపరంపరే ధ్యానం. ధ్యానం పరిపక్వమైనప్పుడు తన్మయత్వం కలుగుతుంది. ఆపైన సమాధిస్థితి. ఆ స్థితిలో అనుభవించేది ఆనందమే; అదే శాశ్వతానందం.



లోకహితార్థం జీవించు

స్వార్థపరత్వం లేనివాడే లోకక్షేమం కోసం పాటుపడతాడు. మేలు చేసినవారికి సైతం కీడు తలబెట్టేవాడు, స్వప్రయోజనం మాత్రం ఆశించేవాడు స్వార్థపరుడు; కేవలం లౌకికుడన్నమాట.

ఈశ్వరచంద్ర విద్యాసాగర్ పరోపకారం చేయడం కోసమే జన్మించి జీవయాత్ర సాగించిన మహానుభావుడు. ఆ మహానుభావుని నుంచి ఉపకారం పొందికూడ ఆయన్ను నిందించినవారు, ఆయనకు కీడు తలబెట్టినవారు లేకపోలేదు. ఇదేం వింత? అని ఆయన్ను అడిగితే, ఇందులో వింత ఏముంది? అంటూ ఆయన జాలిపడే వాడట. ఇది వింతల్లో వింత కదా! మేలు చేయడం సజ్జనుడి స్వభావమైతే, కీడు తలబెట్టడమే దుర్జనుడి నైజం. లోకం తీరే అంత కాబోలు.

ఒకప్పుడు ఒక సాధువు ఒక నది ఒడ్డున కూర్చుని ధ్యానం చేసుకొంటున్నాడు. హఠాత్తుగా నీళ్ళమీద తేలుతూ ఒక తేలు ఆయన కంటబడింది. దయతో చేయి చాపి



తన అరచేతిలోకి దాన్ని తీసుకొని కాపాడాడు. వెంటనే ఆ తేలు ఆయన అరచేతిని కాటేసింది. బాధతో ఆయన చెయ్యి విదిలించగా ఆ తేలు నీళ్ళలో పడిపోయింది. తేలు నీళ్ళమీద తేలుతూవుంటే మళ్ళీ ఆయన దయతలచి తన అరచేతిలోకి ఎక్కించుకొని రక్షించాడు. కాని తన ధోరణిలో ఆ తేలు మళ్ళీ ఆయన్ను కాటేసింది. ఇలా మూడుసార్లు జరిగింది. జరుగుతూన్నదంతా గమనిస్తున్న ఒక బాటసారి ఆ సాధువుతో ఇలా అన్నాడు: "స్వామీ! అదేపనిగా మిమ్మల్ని కాటువేస్తున్న ఆ తేలును పదే పదే మీరు కాపాడటం నాకు అర్థం కావడం లేదు."

అందుకు ఆ సాధువు ఇలా జవాబిచ్చాడు. "బాబూ! కాటువేయడం తేలు స్వభావం. కష్టంలో ఉన్నవారికి సహాయం చేయడం నా స్వభావం. కేవలం ఒక పురుగు ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ తన నైజగుణాన్ని విడిచిపెట్టనప్పుడు, మనిషినైన నేను నా ధర్మాన్ని విస్మరించవచ్చా?"

అధోగతి, ఊర్ధ్వగతి అని మనస్సుకు రెండు గతులు ఉంటాయి. అసూయ, స్వార్థం, భోగాలపట్ల అనురక్తి, సోమరితనం మనిషి పతనానికి దారితీస్తాయి.

దైవభక్తి, శ్రద్ధ, ప్రేమ, సానుభూతి మనిషి ఉన్నతికి తోడ్పడతాయన్నది ఎన్నటికీ మరువరాదు సుమా!



అనుబంధం



జపం

జపధ్యానప్రార్థనలకై, వాటి మూలంగా భగవద్దర్శన నిమిత్తం గురువు శిష్యుడికి మంత్రోపదేశం చేస్తాడు. భగవంతుని పవిత్ర నామమే మంత్రం. ఇష్టదేవత మీద మనస్సు నిలిపి మంత్రాన్ని పదేపదే స్మరించడమే జపం.

భగవన్నామాలన్నీ కూడ సమాన శక్తిమంతాలే అని ఆర్యుల విశ్వాసం. అక్షయుడైన భగవంతునికి అనేక నామాలు ఉన్నాయి. అవన్నీ ఆయనకు భిన్నత్వాన్ని ఆపాదించడానికేమో అనిపించవచ్చు. కాని ఆ పరమాత్మని ఏ పేరుతో, ఏ రూపంలో ఉపాసించినా ఆ భగవదనుగ్రహాన్ని, భగవత్ప్రాప్తిని పొందవచ్చునని గ్రహించాలి.

యే యథా మాం ప్రపద్యంతే తాం స్తథైవ భజామ్యహం ।
మమ వర్త్మాను వర్తంతే మనుష్యాః పార్థ సర్వశః ॥

'పార్థ! ఎవరెవరు ఏఏ రీతుల్లో నన్ను ఉపాసిస్తారో వారిని ఆయా రీతులలో అనుగ్రహిస్తూ ఉంటాను. సకల

విధాలా మానవులు నన్నే, నే చెప్పిన మార్గాన్నే అవలంబిస్తున్నారు' అంటున్నాడు గీతాకారుడు.

'ఏకం సద్విప్రా బహుధా వదన్తి.' ఉన్నది ఒక్కటే, ఋషులు ఆ పరతత్త్వాన్ని అనేక నామాలతో పేర్కొంటున్నారు. సచ్చిదానంద స్వరూపమైన పరతత్త్వం అద్వితీయం కాని అది అనేక నామరూపాల వ్యక్తం అవుతూ ఉంటుంది, అనేక కళలతో భాసిస్తూ ఉంటుంది. ప్రతి కళకు, ప్రతి అంశకు ప్రత్యేకమైన సాంకేతిక నామం ఏర్పడి ఉంది. మంత్రద్రష్టలు, తత్త్వదర్శులు అయిన మహనీయుల, ఋషివరేణ్యుల దివ్యానుభూతుల నుండి ఈ నామాలు, మంత్రాలు వెలువడ్డాయి. అట్టి మంత్రం సద్గురువు ద్వారా శిష్యుడికి ఉపదేశింపబడినప్పుడే, అది దివ్యశక్తిని సంతరించుకొంటుంది. ప్రతి జీవిలోను నివురుగప్పిన నిప్పులా అణగిమణగి పడి ఉన్న దివ్యత్వం మంత్రజపధ్యానాదులచే ప్రదీప్తమవుతుంది, ధగధగ ప్రకాశిస్తుంది. సాధకుడు ఉపాసించే ప్రత్యేక భగవద్రూపమే 'ఇష్టదైవం' అనబడుతుంది.

స్వామి వివేకానంద ఇలా అన్నారు: "ప్రతి మతమూ, ప్రతి సంప్రదాయమూ తనదైన స్వీయ ఆదర్శాన్ని మాత్రమే లోకులకు ప్రదర్శిస్తూ ఉండగా, దైవత్వమనే గర్భగుడిలో

ప్రవేశించాలంటే, వేదాంతమనే సనాతనధర్మ మంత్రం మానవాళికి అనంత ద్వారాలు చూపుతూ, భగవత్స్వరూపాన్ని నిరూపించే అనంతమైన ఆదర్శాలను వెల్లడిస్తూ ఉంది."

పూర్వకాలంలోనే కాదు ప్రస్తుత కాలంలో కూడ దైవస్వరూపులు, అవతారమూర్తులు మానవజీవనమనే దుర్గమారణ్యాన్ని భేదించి, నిర్మించిన రాచబాటను వేదాంతం ముముక్షుజనానికి అమిత వాత్సల్యంతో చూపుతూ, నిర్దేశిస్తూ ఉంది.

మాయనుండి విడివడి జీవాత్మ శాశ్వతానంద సాగరంలో స్వేచ్ఛగా తేలియాడేందుకు అనువైన ఘట్టానికి, అదే పరంధామానికి ముందు తరాలవారిని సైతం తన దివ్యప్రేమమయమైన హస్తాలు జాపి, ఆహ్వానిస్తూ ఉంది బాబూ!

కాని దీనిని బట్టి సాధకుడు భగవంతుని నేడు ఒక రూపంలోను, రేపు మరో రూపంలోను ఉపాసిస్తున్నట్లు భావించరాదు. సాధకుడు నిరంతరమూ తన ఇష్టదైవాన్ని నిష్ఠతో ఉపాసించాలి. మొక్క ఎదిగి మాను అయ్యేదాకా చుట్టూ కంచెవేసి జాగ్రత్తగా సంరక్షించాలి. ఆశయాలను, ఆదర్శాలను తరచు మార్చుకోవడం, కర్తవ్య నిర్వహణలో

అశ్రద్ధ చూపడం వంటి పశువుల పాలబడితే పారమార్థికత అనే మొక్క నశించిపోతుంది. సాధనలో ఏకాగ్రత ప్రారంభ దశలో ఎంతో అవసరం.

ఇష్టదైవాన్ని ధ్యానిస్తూ ఉన్నప్పుడు మంత్రజపం కూడ కొనసాగించాలి. ధ్యానంతో జపాన్ని మేళవించకుంటే, ఆ జపం నిస్సారమైపోతుంది. అథవా చేసినా ఫలితం శూన్యమే. ఏది ఏమైనా జపం అన్నది ఫలప్రదమే అనడంలో సందేహం లేదు. పట్టుదలతో సాధన కొనసాగిస్తే, అనాసక్తత తొలగి, ఆసక్తి పెంపొంది భగవత్సాన్నిధ్యానుభూతి కలిగి తీరుతుంది. జపం ద్వారా హృదయం ఆనందమయమౌతుంది; రసానుభూతి చెందుతుంది నిశ్చల జపం భగవత్ప్రాప్తికి చేయూత నిస్తుంది.

స్వామి బ్రహ్మానంద తమ ఉపదేశాలలో జపం యొక్క ఆవశ్యకత, ప్రయోజనాల గురించి పదేపదే వక్కాణించేవారు. మంత్రదీక్ష పుచ్చుకొన్న శిష్యులకు ఈ ఉపదేశాలు ఇచ్చేవారు. ఏ గురువు వద్దా ఇంకా మంత్రదీక్ష పుచ్చుకోని వారైతే, ఏ పవిత్ర భగవన్నామాన్ని అయినా జపించవచ్చు అన్నారు.

నియమప్రకారం సంఖ్యను హెచ్చిస్తూ, తగ్గిస్తూ నిత్యం నిర్ణీత సంఖ్యలో జపం చేయాలనే నియమంతో కూడుకొన్నదే పురశ్చరణ.

ఉదాహరణకు; సాధకుడు శుక్లపక్ష పాడ్యమినాడు వెయ్యిసార్లు మంత్రజపంతో పురశ్చరణ ఆరంభించవచ్చు. మరునాడు రెండువేల సార్లు, ఆ మరునాడు మూడువేలు. ఈ ప్రకారం రోజూ హెచ్చిస్తూ పౌర్ణమికి పదిహేనువేల సార్లు జపించవచ్చు. మరుసటి రోజు పాడ్యమినాడు పధ్నాలుగు వేలకు దిగవచ్చు. ఈ రీతిలో తగ్గిస్తూ అమావాస్య వచ్చేసరికి వెయ్యిసార్లే జపించవచ్చు. ఈ తీరులో సాధకుడు తన ఇష్టానుసారం గాని లేక గురూపదేశాన్ని అనుసరించిగాని ఈ సాధనను ఒకటి రెండు లేక మూడేళ్ళ పాటు సాగించడం శ్రేయోదాయకం.

ఒక్కోసారి దాన యాగాదులకు, ప్రాయశ్చిత్తానికి బదులుగా అధిక జపం విధింపబడటం పురశ్చరణలోని విశేషం.

జపసంఖ్యను సులువుగా లెక్కించే నిమిత్తం హిందువులు, బౌద్ధులు, క్రైస్తవులలోని కేథలిక్ సంప్రదాయస్థులు కూడ జపమాలను ఉపయోగిస్తుంటారు.

పారిజాతాలు

- నాయనా! ఆత్మవిశ్వాసాన్ని ఎన్నడూ కోల్పోవద్దు. భగవంతుడు నీకు సకలం చేకూరుస్తాడు. భగవంతుని పట్ల ప్రగాఢ విశ్వాసం కలిగివుండు. ఆయన నామజపం చేయి. ఆయనే నీకు మనోబలాన్ని ప్రసాదిస్తాడు. ఆందోళన చెందక, ఓర్పు వహించి, ఒడుపుగా ప్రయత్నించు. సాధనానుష్ఠానం కొనసాగించు. అప్పుడు భగవదనుగ్రహం తప్పక పొందగలవు. అమూల్యమైన కాలాన్ని అర్థంపర్థంలేని ఆలోచనలతో వ్యర్థంచేసుకోకు. మెట్ట వేదాంతాన్ని కట్టిపెట్టు. విషయవాంఛలను నీలో తలెత్తనివ్వకు; సత్ఫలితం అందుకొంటావు, భగవత్కృప పొందగలవు.
- శ్రద్ధ జనిస్తే, గవ్వకు కూడ గౌరవం దక్కుతుంది. శ్రద్ధ కొరవడినప్పుడు బంగారానికైనా భంగపాటు తప్పదు. భగవంతుని పట్ల విశ్వాసం లేనివాడికి అంతటా, అన్నిటా సంశయాలే ఎదురవుతాయి. విశ్వాసపూరితునకు నిస్సంశయంగా అన్నీ సమాధానాలుగానే తోస్తాయి.

✱ మీరందరూ పరిశుద్ధులై, శాంతచిత్తులై ఉండండి. ఈ జన్మలోనే భగవత్సాక్షాత్కారం పొందండి. పవిత్ర గ్రంథాలను పఠించడం అలవరుచుకోండి. పనికిమాలిన పుస్తకాలు చదువుతూ కాలాన్ని వృథా చేసుకోకండి. భగవంతునిపట్ల భక్తి విశ్వాసాలు ప్రేరేపించని గ్రంథాలు నిరుపయోగం. అవి పాండిత్య పటాటోపానికి మాత్రమే తగును. నాయనా! దుర్లభమైన ఈ మానవ జన్మను ధన్యం చేసుకోవాలనే తలంపే ఉంటే, ఆత్మోన్నతిని పొందాలనుకొంటే భగవన్నామాన్ని ఆశ్రయించు. ధ్యానసాగరంలో మునిగిపో, ఉత్తినే పైపైనే తేలుతూ ఉండిపోక, అట్టడుగుదాకా రత్నాకరంలో మునిగితేగాని దాన్లోని రత్నాలు చేజిక్కవు సుమా! 'సంగరాహిత్యమే' మానవ జీవిత ఆదర్శమని చాటిచెప్పడానికే శ్రీరామకృష్ణులు ఈ యుగంలో అవతరించారు.

✱ జపధ్యానాదుల వలనా, ప్రార్థనల చేతా హృదయ వికాసం కలుగుతుంది. దానివలన ఒక నూతన దృష్టి, దివ్యదృష్టి, అంటె జ్ఞానదృష్టి జనిస్తుంది. అప్పుడు సాధకుడు అనేక ఆధ్యాత్మిక రహస్యాలను ఆవిష్కరించుకో గలుగుతాడు. అంతమాత్రాన లక్ష్యం

సిద్ధించినట్లు భావించరాదు. బీజరూపంలో ఉన్న సూక్ష్మ అంతఃకరణానికి భగవంతుని దర్శించ గలిగినంత శక్తిలేదు. అది మానవుణ్ణి భగవంతునికి సన్నిహితుణ్ణి చేస్తుంది. అంతే. ఆ స్థితిని చేరుకొన్నప్పుడు మనిషికి ప్రపంచం యావత్తు నిస్సారంగా కానవస్తుంది. ఇక ఇప్పుడతడి మనస్సు భగవచ్చింతనలో లగ్నమైపోతుంది

✱ మానవ దేహంలో భగవంతుడు ఒక ప్రత్యేక స్థానాన్ని పాదుగొలిపి విరాజిల్లుతున్నాడనే మహాతత్త్వాన్ని మనస్సులో పదిలపరచుకోవాలి.

✱ భగవంతుడు మనవాడు. సులభంగా మనకు దర్శనం ఇస్తాడు. అందుకు రెండు మార్గాలు ఉన్నాయి. దాన్లో మొదటిది భక్తిమార్గం, రెండవది జ్ఞానమార్గం. ఈ రెండూ భగవత్సాక్షాత్కారాన్ని చేకూర్చేవే. భక్తుడు భగవంతుని రూపం గాంచాలని ఆరాటపడతాడు. అందుకై స్తుతిస్తాడు, నామసంకీర్తన చేస్తాడు. ఆయన దివ్యస్వరూపాన్ని దర్శించగలుగుతాడు. ఒక్కొక్కప్పుడు ఆనందంతో మురిసిపోతాడు. జ్ఞానమార్గావలంబులు ఆత్మజ్యోతిని అన్వేషిస్తారు. అంటే తనలో ఉన్న పరమాత్మను తెలుసుకో ప్రయత్నిస్తారు.

ఆత్మసాక్షాత్కారాన్ని పొందుతారు. ఏ రీతిలోనైనా భక్తుడు, జ్ఞాని ఏకమవుతారు; గమ్యం చేరుకొంటారు.

❋ నిజానికి ఒక వ్యక్తి ఎలాంటివాడో తెలుసుకోగోరితే అతడి నిత్యవిధులు ఎలాంటివో పరిశీలించాలి. అతడి యథార్థ స్వరూపాన్ని వెల్లడించేవి నిత్యకృత్యాలే. కర్మయోగి అయినవాడు ఏ పనినైనా, చివరకు ఎంత నికృష్టమైన పనినైనా ఏవగించుకోక మనస్ఫూర్తిగా దాన్లో లీనమై చేస్తాడు. జనం మెప్పు పొందాలనే ఆకాంక్ష అతడికి ప్రేరణ కాదు.

❋ మానవ జీవిత పరమాదర్శాన్ని ఎన్నడూ మరచిపోకండి. ఆహార నిద్రాదులతోనే పశుప్రాయంగా గడపడానికి ప్రాప్తించింది కాదు ఈ మానవ జన్మ. దుర్లభమైన మానవ జన్మను ప్రాప్తించుకొన్నావు కనుక ఇంద్రియ సుఖాలను తృణీకరించి భగవత్సాక్షాత్కారాన్ని, బ్రహ్మానందాన్ని పొందడానికి దీక్ష పూనాలి. భగవద్దర్శన ప్రయత్నంలో మృత్యువును ఎదుర్కోవలసి వచ్చినా బెదరిపోవద్దు. భక్తి, జ్ఞాన పారవశ్యం పొంది శాశ్వతమైన ఆనంద సామ్రాజ్యంలో అడుగిడే ప్రయత్నం చేయాలి.



పారమార్థిక పారిజాతాలు

(ఆధ్యాత్మిక సులభ సాధనోపాయాలు)

స్వామి బ్రహ్మానంద బోధనలు

ఆంగ్లమూలం:
స్వామి ప్రభవానంద



రామకృష్ణ మఠం

దోమలగూడ, హైదరాబాదు – 500 029